



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

## UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS

CARRERA DE: CULTURA FÍSICA

TESIS DE GRADO

TEMA:

**“ELABORACIÓN DE UN MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA  
ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN  
LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA  
ESCUELA “FÉLIX VALENCIA” DE LA PARROQUIA JOSÉ GUANGO  
BAJO, DEL CANTÓN LATACUNGA, EN EL AÑO 2011, 2012.”**

**Tesis presentada previo la obtención del título de licenciado, en Ciencias de  
la Educación: Mención Cultura Física.**

**Autores:**

Rogel Rodríguez Edgar René.

Guilcatoma Velasco Cristian Gustavo.

**Director:**

Lic. MSc. José María Bravo Z.

**LATACUNGA –ECUADOR  
Mayo -2013**

## AUTORÍA

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación: “**ELABORACIÓN DE UN MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FÉLIX VALENCIA EN EL AÑO 2011 - 2012**”, son de exclusiva responsabilidad de los autores.



Guilcatoma V. Cristian G

C.I.050310052-1



Rogel R. Edgar R.

C.I. 172321247-6

## **AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS**

En calidad de Director del trabajo de investigación sobre el tema **“ELABORACIÓN DE UN MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FÉLIX VALENCIA EN EL AÑO 2011-2012**, de: Rogel Rodríguez Edgar René y Guilcatoma Velasco Cristian Gustavo, postulantes de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas, Carrera de Licenciatura de Cultura Física, considero que la presente tesis cumple con los requerimientos metodológicos y aportes científicos – técnicos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Validación de Tesis que el Honorable Consejo Académico de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas de la Universidad Técnica de Cotopaxi designó, para su correspondiente estudio y calificación.

Latacunga, Diciembre del 2012

**EL DIRECTOR**



Lic. MSc. José María Bravo Zambonino.

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI CARRERA DE CIENCIAS  
ADMINISTRATIVAS HUMANÍSTICAS Y DEL HOMBRE**

**Latacunga – Ecuador**

---

**APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

En calidad de Miembros del Tribunal de Grado aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Carrera de Ciencias Administrativas y Humanísticas ; por cuanto, los postulantes:

Rogel Rodríguez Edgar René y Guilcatoma Velasco Cristian Gustavo con el título de tesis: **“ELABORACIÓN DE UN MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FÉLIX VALENCIA EN EL AÑO 2011-2012”**

Han considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de Defensa de Tesis.

Latacunga, 21 de Mayo 2013

Para constancia firman:



Lic. Patricio Revelo.

**PRESIDENTE**



Lic. Alex Montes.

**MIEMBRO**



Dr. Luis López

**OPOSITOR**

## DEDICATORIA

Dedico esta tesis primeramente a mi abuelita a mis padres y a mis maestros. A mi abuelita y a Dios porque han estado conmigo en cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar, a mis padres, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación siendo mi apoyo en todo momento. Depositando su entera confianza en cada obstáculo sin dudar ni un solo momento en mi inteligencia y capacidad, a mis maestros por haber guiado nuestros estudios y haber sembrado en nosotros una *semilla de humildad entrega y dedicación* para poder sobrellevar nuestra vida profesional, y ser un aporte positivo en la educación de nuestro país por todo esto y mucho más gracias nunca los olvidare.

EDGAR

## DEDICATORIA

Dedico esta tesis primeramente a Dios a mis padres y a mis maestros. A Dios porque ha estado conmigo a cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar, a mis Padres que con eterno sacrificio y abnegación, supieron entregar todo de sí para hacer de mi un ser de confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento en mi inteligencia y capacidad, con gratitud a mis distinguidos maestros quienes con nobleza y entusiasmo depositaron en mi todo su apostolado

Y así poder obtener mi anhelado Título Profesional

CRISTIAN

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar a Dios por haberme guiado por el camino de la felicidad hasta ahora; en segundo lugar a cada uno de los que son parte de mi familia a mi MADRE, NADER ALBÁN Y EN ESPECIAL A MI ABUELITA MARÍA ALBÁN, que me educo con buenos valores y seguro siempre me estuvo apoyando desde el cielo, por haberme dado fuerzas y el valor que me han ayudado y llevado a cumplir mis metas propuestas. Por último a mis compañeros de tesis porque en esta armonía grupal lo hemos logrado y a mi director de tesis quién nos ayudó en todo momento, MSc. JOSE BRAVO.

EDGAR

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por haberme dado la vida, darme una oportunidad más en mi vida ; en segundo a mis padres , RAÚL GUILCATOMA , BERTHA VELASCO ya que ellos en todos momentos me supieron darme su fuerza y apoyo incondicional lo que me ha ayudado y llegando hasta donde estoy ahora. Por último a mis compañeros de tesis porque en esta armonía grupal lo hemos logrado y a mi director de tesis quién nos ayudó en todo momento, MSc. JOSE BRAVO.

CRISTIAN



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**  
**UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS**  
**Latacunga – Ecuador**

---

**TEMA: “ELABORACIÓN DE UN MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “FÉLIX VALENCIA “DE LA PARROQUIA JOSÉ GUANGO BAJO, DEL CANTÓN LATACUNGA, EN EL AÑO 2011, 2012.”**

**Autores:**

Edgar René Roger Rodríguez.  
Cristian Gustavo Guilcatoma Velasco.

**RESUMEN**

La investigación realizada hace referencia al fútbol, puesto que el mismo es considerado como el rey de los deportes y en las instituciones educativas ha sido observada como una disciplina importante tomando en cuenta el interés que tiene para las personas a nivel mundial, y constando como objetivo fundamental el diagnosticar si existe un documento o material que ayude a los docentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol, por lo que se planteó la elaboración de un módulo, que fue sustentado con temas como: el calentamiento, desplazamientos, pases, conducción, saques, procesos y métodos de enseñanza, la misma que utilizó un proceso de investigación no experimental, la unidad de estudio fue direccionada a los niños de 8 a 11 años de edad de la escuela “Félix Valencia” parroquia José Guango Bajo del Cantón Latacunga en el año 2011-2012, tomando como instrumento la encuesta, llegando a concluir que no existe en la institución un material de fundamentos técnicos del fútbol, para solucionar este problema se ha planteado la elaboración de un módulo, la misma que fue una alternativa de solución para los estudiantes, al permitirles recibir una enseñanza-aprendizaje que proporcionó nuevas estrategias que contribuyeron de manera significativa al desarrollo personal y colectivo, este documento formó parte de la biblioteca institucional como material de apoyo para docentes que en un momento determinado consideraron de mucha importancia la existencia de este tipo de materiales para poder guiarse de mejor manera dentro de la enseñanza del fútbol.



**UNIVERSIDAD TECNICA DE COTOPAXI**  
**UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS**  
**Latacunga – Ecuador**

---

**THEME: Elaboration of a soccer module for teaching- learning of the technical foundations for children from 3rd to 6th years of basic education school "Felix Valencia" From José Guango Bajo Parish, Canton of Latacunga, in the year 2011 - 2012.**

Authors:

Edgar René Rogel Rodríguez.

Cristian Guilcatoma Gustavo Velasco.

**ABSTRACT**

This research refers to football, since it is regarded as the king of sports. Educational institutions have been seen as important disciplines, taking into account the interest for people worldwide, and targeting consistent fundamental diagnoses where a document or material to aid in the teaching learning process of the technical fundamentals of football. This was raised by the development of a module, which was supported with topics such as heating, displacement, passing, driving, kicks and processes and methods of teaching. Using non experimental research, the unit of study was directed to children 8 to 11 years old in the Felix Valencia School in the Joseph parish. The research, conducted between 2011 to 2012, concluded that no institution existed in the technical foundations of football. It was proposed that this would be an alternate solution for students, enabling them to receive new teaching learning strategies that contribute to personal and collective development. This document is part of the institutional library as support material for teachers. The existence of such material is very important in order to better guide the teaching of football in schools.



**UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS  
ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS**  
**CARRERA CULTURA FÍSICA**  
**Latacunga – Cotopaxi- Ecuador**

**CERTIFICADO**

Yo Msc. Vladimir Sandoval V, con número de cédula 050210421-9, en calidad de Docente del Centro Cultural de Idiomas de la Universidad Técnica de Cotopaxi certifico haber revisado, corregido y verificado el resumen en inglés de la Tesis con el tema **“ELABORACIÓN DE UN MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “FÉLIX VALENCIA “DE LA PARROQUIA JOSÉ GUANGO BAJO, DEL CANTÓN LATACUNGA, EN EL AÑO 2011, 2012.”** realizado por los señores: Edgar Rene Roger Rodríguez y Cristian Gustavo Guilcatoma Velasco, de la Especialidad de Licenciatura en Cultura Física.

Y para que conste a los efectos oportunos, expido el presente documento, a petición de los interesados.

Latacunga, 8 de Agosto del 2012

Msc. Vladimir Sandoval V.

C.I. 050210421-9

## INTRODUCCIÓN

La tarea de los educadores es poner en práctica los fundamentos teóricos del fútbol, las destrezas existentes entre los niños/as tratando de usar nuevos conocimientos para los estudiantes, dándoles la oportunidad de lograr con éxito su experiencia de aprendizaje.

El problema detectado en la escuela “Félix Valencia”, al plantear nuevos conocimientos en los niños, es enfrentada con una nueva metodología como son los fundamentos técnicos del fútbol, transmitiendo conocimientos de una forma más divertida y alegre mientras que el niño practica el fútbol, así concientiza a los adultos sobre la necesidad de niños/as autónomos, libres, creativos y capaces de fomentar el deporte a la sociedad.

El propósito del presente trabajo fue la elaboración de un módulo de los fundamentos técnicos del fútbol para orientar a los niños e incentivarlos por este deporte.

La investigación está centrada en la importancia de contribuir el mejoramiento de la práctica de los fundamentos técnicos, especialmente con los niños /as para mejorar su actividad Física.

Las técnicas de investigación que nos sirvió para recopilar datos durante la investigación de nuestra propuesta son las encuestas aplicadas al rector, docentes, estudiantes de la institución y a los padres de familia.

Los contenidos de la presente investigación constan de tres capítulos:

Capítulo I, Se describe los antecedentes investigativos, el marco teórico acerca de los Fundamentos técnicos del fútbol, señalando aspectos científicos y sustentables de cada una de las actividades tratadas en la práctica de la elaboración del módulo.

Capítulo II, Señala el diseño de la propuesta, la caracterización de la escuela “Félix Valencia”, análisis e interpretación de resultados obtenidos de las encuestas, conclusiones y recomendaciones del presente trabajo.

Capítulo III, Se describe el diseño de la propuesta, justificación, objetivos generales y específicos y la descripción de la propuesta que consta de ilustraciones sencillas para niños y niñas.

## ÍNDICE

ÍNDICE DE CONTENIDOS	PÁGINAS
PORTADA.....	i
AUTORIA.....	ii
AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS.....	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL.....	iv
DEDICATORIA .....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
AGRADECIMIENTO.....	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT .....	x
CERTIFICADO .....	xi
INTRODUCCIÓN .....	xii
ÍNDICE GENERAL.....	xiii
<b>CAPÍTULO I</b>	
FUNDAMENTOS SOBRE EL OBJETO DE ESTUDIO.....	1
1.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS. ....	1
1.2 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES .....	3
1.3. MARCO TEÓRICO.....	4
1.3.1. FÚTBOL .....	4
1.3.1.1. HISTORIA DEL FÚTBOL.....	4
EL FÚTBOL EN AMÉRICA.....	6
EL FÚTBOL EN LATINOAMÉRICA .....	7
EL FÚTBOL EN EL ECUADOR.....	9
EL FÚTBOL EN COTOPAXI .....	11
EL FÚTBOL EN LATACUNGA .....	13
1.2. FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL.....	14

1.2.1. FUNDAMENTOS TÉCNICOS .....	15
1.2.1.1. FUNDAMENTOS SIN BALÓN DESPLAZAMIENTOS .....	15
1.2.2. FUNDAMENTOS TÉCNICOS CON BALÓN.....	17
1.2.2.1. SUPERFICIES DE CONTACTO CON EL BALÓN:.....	17
DOMINIO DEL BALÓN.....	17
EL PASE .....	18
LA CONDUCCIÓN.....	19
TIPOS DE CONDUCCIÓN.....	19
LOS SAQUES.....	20
EL JUEGO DE CABEZA .....	21
EL DRIBLING:.....	22
EL REMATE.....	24
1.3.3. CALENTAMIENTO APLICANDO A LOS NIÑOS .....	25
CALENTAMIENTO PASIVO. ....	26
CALENTAMIENTO ACTIVO GENERAL .....	26
CALENTAMIENTO ACTIVO ESPECÍFICO .....	27
1.3.4. MÉTODOS DE ENSEÑANZA APLICADOS AL FÚTBOL:.....	28
1.3.5. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS.....	31
1.2.5 PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE.....	33
LA COMUNICACIÓN: .....	39
LA EVALUACIÓN: .....	40
MÓDULO .....	41
MÓDULO EDUCATIVO .....	42

## CAPITULO II

2. DISEÑO DE LA PROPUESTA.....	43
2.1. CARACTERIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN OBJETO DE ESTUDIO.....	43
2.1.1. ANTECEDENTES:.....	43
2.2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS. ....	45
2.2.1. ENCUESTAS APLICADAS AL RECTOR Y DOCENTES .....	45
2.4. ENCUESTAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES.....	53

2.6. CONCLUSIONES .....	65
2.7. RECOMENDACIONES .....	66

### **CAPÍTULO III.**

3. DISEÑO DE LA PROPUESTA.....	67
3.1 DATOS INFORMATIVOS.....	67
3.2. PRESENTACIÓN.....	68
3.3. JUSTIFICACIÓN. ....	69
3.4 OBJETIVOS. ....	70
3.5. INTRODUCCIÓN. ....	71
3.6 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA .....	72
3.6.1. CALENTAMIENTO.....	72
3.6.2. CALENTAMIENTO ACTIVO GENERAL.....	72
3.6.3 CALENTAMIENTO ACTIVO ESPECÍFICO. ....	73
3.6.2.1 EL CONTROL.....	73
3.6.2.2 EL DOMINIO DE LAS SUPERFICIES DE CONTACTO .....	76
3.6.2.3 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LOS CONTROLES .....	78
3.6.2.4 EJERCICIOS PARA TRABAJAR EL CONTROL ORIENTADO .....	81
3.6.2.5 JUEGOS PARA TRABAJAR LOS CONTROLES .....	82
3.6.3 EL GOLPEO CON EL PIE.....	84
3.6.3.1 EJERCICIOS PARA LA MEJORA DEL GOLPEO CON EL PIE.....	88
3.6.4 EL GOLPEO DE CABEZA.....	90
3.6.4.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL GOLPEO DE CABEZA .....	91
3.6.5 LA CONDUCCIÓN.....	97
3.6.5.1 EL DOMINIO DE LAS SUPERFICIES DE CONTACTO .....	99
3.6.5.2 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN CON TRAYECTORIA RECTILÍNEA .....	101
3.6.5.3 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN CON TRAYECTORIAS CURVAS .....	102
3.6.5.4 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN EN ZIGZAG .....	103
3.6.5.5 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN CON OTROS GESTOTÉCNICOS.....	104
3.6.5.6 CON CONTRARIOS QUE DIFICULTEN LA CONDUCCIÓN .....	105
3.6.5.7 JUEGOS PARA LA CONDUCCIÓN .....	106
3.6.5.8 CIRCUITOS.....	109

3.6.6 LA COBERTURA .....	110
3.6.6.1 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LA COBERTURA DEL BALON .....	110
3.6.7 EL REGATE .....	110
3.6.7.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL REGATE .....	112
3.6.7.2 JUEGOS PARA EL REGATE.....	113
3.6.8 EL TIRO.....	115
3.6.8.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL TIRO .....	116
3.6.9 LA HABILIDAD .....	122
3.6.9.1 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LA HABILIDAD.....	123
3.6.10 EL PASE .....	126
3.6.10.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL PASE.....	127
3.6.11 LA TÉCNICA DEFENSIVA.....	135
3.6.11.1 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LA TÉCNICA DEFENSIVA.....	136
3.4.2.1.4 RELAJACIÓN .....	140
3.4.2.1.5 MÉTODO DE ENSEÑANZA. ....	141
3.5. PLAN OPERATIVO.....	142
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	143
ANEXOS.....	145

## ÍNDICE DE TABLAS.

TABLA 1. CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.....	45
TABLA 2. CALENTAMIENTO ESPECÍFICO PARA EL FÚTBOL.....	46
TABLA 3. FUNDAMENTOS SIN BALÓN.....	47
TABLA 4. FUNDAMENTOS CON BALÓN.....	48
TABLA 5. SUPERFICIE DE CONTACTO.....	49
TABLA 6. OPINIÓN SOBRE LA ENSEÑANZA LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	50
TABLA 7. APOYO A LA INVESTIGACIÓN.....	51
TABLA 8. ELABORACIÓN DEL MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL	52

FÚTBOL.....	
TABLA 9. CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.....	53
TABLA 10. CONOCIMIENTO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	54
TABLA 11. APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS .....	55
TABLA 12. APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS CON BALÓN.....	56
TABLA 13. IMPORTANCIA DE LA PRACTICA DEL FÚTBOL.....	57
TABLA 14. MÓDULO DE FÚTBOL.....	58
TABLA 15. EL FÚTBOL.....	59
TABLA 16. FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	60
TABLA 17. APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL .....	61
TABLA 18. ENSEÑANZA DEL FÚTBOL A TENPRANA EDAD.....	62
TABLA 19. MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	63
TABLA 20. INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN.....	64

## ÍNDICE DE GRÁFICOS.

GRÁFICO 1. CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.....	45
GRÁFICO 2. CALENTAMIENTO ESPECÍFICO PARA EL FÚTBOL.....	46
GRÁFICO 3. FUNDAMENTOS SIN BALÓN.....	47
GRÁFICO 4. FUNDAMENTOS CON BALÓN.....	48
GRÁFICO 5. SUPERFICIE DE CONTACTO.....	49
GRÁFICO 6. OPINIÓN SOBRE LA ENSEÑANZA LOF FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	50
GRÁFICO 7. APOYO A LA INVESTIGACIÓN.....	51
GRÁFICO 8. ELABORACIÓN DEL MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	52
GRÁFICO 9. CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.....	53
GRÁFICO 10. CONOCIMIENTO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	54
GRÁFICO 11. APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS .....	55
GRÁFICO 12. APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS CON BALÓN.....	56
GRÁFICO 13. IMPORTANCIA DE LA PRACTICA DEL FÚTBOL.....	57
GRÁFICO 14. MÓDULO DE FÚTBOL.....	58

GRÁFICO 15. EL FÚTBOL.....	59
GRÁFICO 16. FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	60
GRÁFICO 17. APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	61
GRÁFICO 18. ENSEÑANZA DEL FÚTBOL A TEMPRANA EDAD.....	62
GRÁFICO 19. MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.....	63
GRÁFICO 20. INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN.....	64

# CAPÍTULO I

## **Fundamentos sobre el objeto de estudio.**

### **1.1 Antecedentes Investigativos.**

#### Las escuelas de fútbol en Argentina

La escuela de fútbol con su propia identidad, Escuela de fútbol de Belgrano comienza a funcionar en abril de 1977 en el club Defensores de Belgrano, hasta el final de 1978. A partir de allí, funcionó en distintas instituciones: C.A. Platense 1979, C.A. Excursionistas en 1980 y 1981, C.A. Harrods Gath y Chaves en 1982 y 1983, para establecerse desde 1984 hasta 1990 en el club I.M.O.S. (instituto municipal de obra social).

Cabe acotar que en el colegio Juan Larrea en barrio norte, a partir de 1984 y hasta la fecha se desarrolla ininterrumpidamente en dicho ámbito, la escuela de fútbol para la comunidad escolar de ese establecimiento educativo.

A partir de 1990 y para dividir a los alumnos más pequeños de edad (5 a 10 años) funcionó en la terraza, complejo deportivo cubierto en la zona de Núñez y con los chicos más grandes (10 a 15 años) en el predio deportivo Ateneo Juventud, perteneciente al colegio Nuestra Señora de la Paz. Esto se mantuvo de esta forma en ambos lugares desde 1990 a 1993 manteniendo la escuela su nombre original.

En 1994 la escuela se mudó al centro Asturiano de Vicente López y allí ante el requerimiento de esa institución, comenzó a llamarse Escuela de fútbol del Centro Asturiano.

En ese club la escuela cumplió 20 años de vida (1997) y se mantuvo hasta diciembre de 2006.

Durante el 2007 la escuela de fútbol se estableció en dos clubes importantes de la zona norte: Círculo Militar y Centro Naval y continúa vigente.

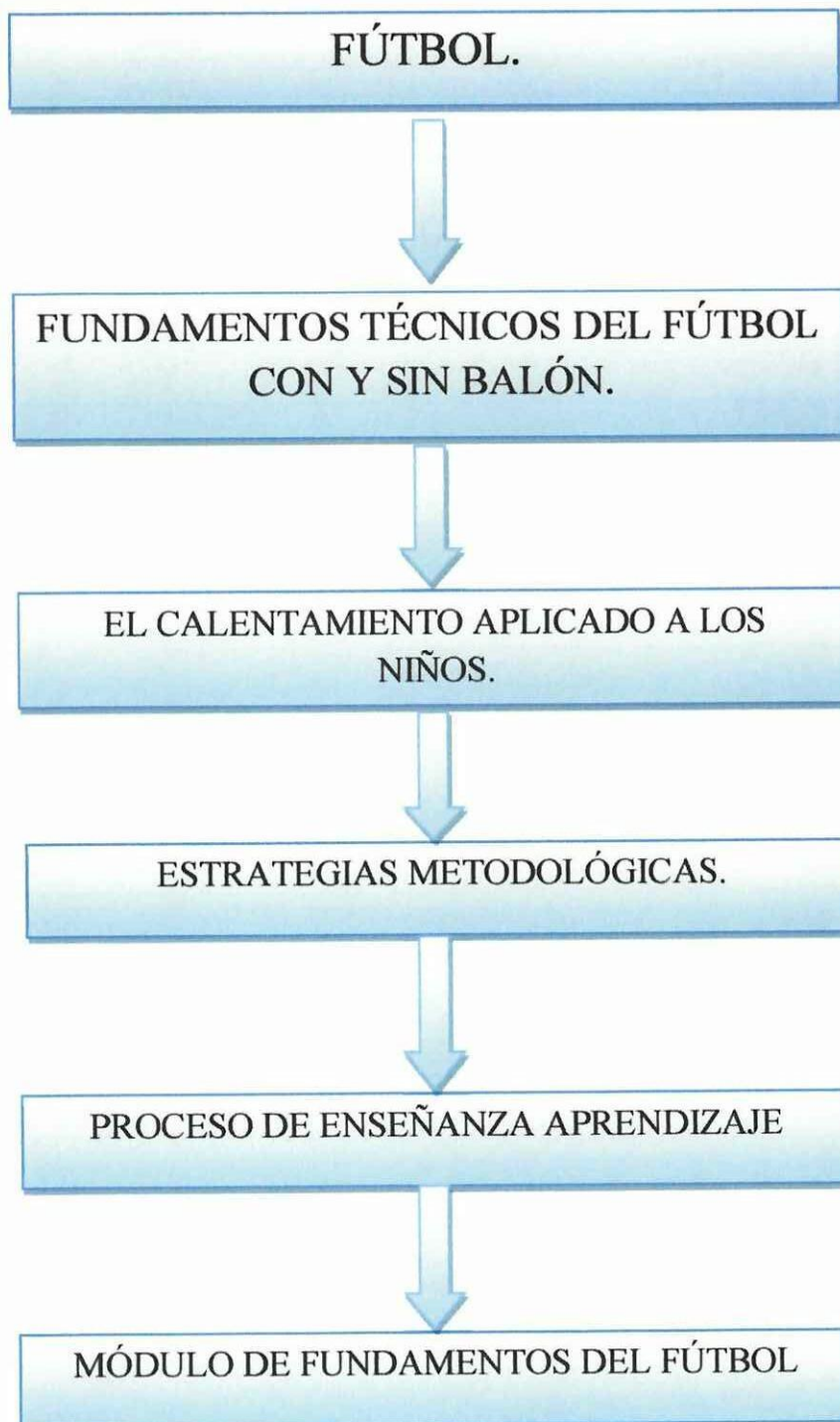
Es importante destacar que entre 1977 y 1997 la Escuela de fútbol realizó viajes a Montevideo - Uruguay de intercambio deportivo, recibiendo también en nuestras casas y en nuestro país a colegios uruguayos como el San Juan Bautista y Sagrada Familia. Estas experiencias fueron de indudable valor para el crecimiento integral de nuestros alumnos.

En el país vecino en nuestra investigación se ha obtenido información acerca de las Escuelas de Fútbol ya que esta se ha logrado con un gran apoyo del Club Español Barcelona, con una historia de más de 100 años, ya que inauguró una escuela de Fútbol para niños en Lima, fue su primera en Sudamérica con el fin de buscar nuevas estrellas del Fútbol Internacional, informó su filial en Lima, la FCB Escuela.

"A través de la FCB Escuela de Lima, los niños Peruanos tendrán la oportunidad de aprender los gestos técnicos y los juegos del fútbol propios del FC Barcelona", indica una nota de prensa publicada en la página internet del club.

La escuela ya funciona desde enero pasado con el objetivo de permitir que los participantes expresen su máximo potencial técnico, táctico y psicológico.

## 1.2 Categorías Fundamentales



## **1.3. Marco Teórico.**

### **1.3.1. Fútbol.**

#### **1.3.1.1. Historia Del Fútbol.**

La historia del Fútbol y de la palabra en si es que proviene desde la palabra inglesa 'football', que significa 'pie' y 'pelota', por lo que también se le conoce como 'balompié' en diferentes regiones hispano parlantes, en especial Centroamérica y Estados Unidos.

Según BOSCO (1990) **“EL fútbol fue jugado por primera vez en Egipto, como parte de un rito por la fertilidad, durante el Siglo III antes de Cristo” (pag1).**

La pelota de cuero fue inventada por los chinos en el Siglo IV antes de Cristo. Los chinos rellenaban estas pelotas con cerdas. Esto surgió, cuando uno de los cinco grandes gobernantes de China en la antigüedad, Fu-Hi, apasionado inventor, apelmazó varias raíces duras hasta formar una masa esférica a la que recubrió con pedazos de cuero crudo. Acababa de inventar la pelota.

Lo primero que se hizo con ella fue sencillamente jugar a pasarla de mano en mano. Y el fútbol actual, el deporte tal como se lo conoce hoy tiene sus orígenes en las Islas Británicas, Se presentará también por Grecia en donde hasta Homero llegó a hacer alusión a este deporte tan nombrado que luego daría vuelta el mundo enteros, al que en esa época le llamaban 'esfaira' o 'esfero magia' debido a la esfera hecha de vejiga de buey que se utilizaba en el mismo. Desde ahí pasó al Imperio Romano, que utilizaban en su juego 'harpastum' un elemento esférico llamado 'pila' o 'pilotta' que evolucionó hasta el término 'pelota' utilizado actualmente. Desde Roma llegaron hasta Britania con la historia del futbol en

donde el juego de pelota, tuvo grandes desniveles ya que no era muy permitido por las clases sociales ya que este deporte era muy violento.

Para STEPHEN se conoce como fútbol medieval a los diferentes códigos practicados en la Europa particularmente en las Islas Británicas y zonas aledañas.

**El registro más antiguo surgió en los años 1.170 de la mano de un texto, donde explicaba la realización de un juego de pelota. La violencia de estos juegos y la necesidad de que los soldados practicaran la arquería llevaron a que Eduardo II de Inglaterra prohibiera el juego en 1314. Desde entonces continuaron en forma ilegal (pag1).**

En la Edad Media hubo muchos caballeros obsesionados por los juegos con pelota, entre ellos Ricardo Corazón de León, quien llegó a proponer al caudillo musulmán Saladino, que dirimieran sus cuestiones sobre la propiedad de Jerusalén con un partido de pelota. Los hindús, los persas y los egipcios adoptaron este elemento para sus juegos, utilizándolo en una especie de hándbol o balonmano. Cuando llega a Grecia, es llamada esfaira (esfera). Los Romanos la comienzan a denominar con el nombre de "pila" que con el tiempo se transformaría en pilota, evolucionando el término a la denominación actual.

Para los postulantes el fútbol es un deporte que se viene practicando desde hace muchos años atrás y hasta nuestros tiempos conserva las mismas características con la diferencia de que. Como todo cambia ósea nada es estático las reglas de este deporte han evolucionado constantemente pero lo que no ha cambiado ni cambiara es el objetivo que se basa en anotar los goles posibles y vencer a los oponentes sin importar las jugadas, métodos o técnicas que se utilicen para lograr el triunfo.

En los archivos de la FIFA los mecanismos de coordinación son fundamentales para aprender la técnica.

La coordinación es una función Psicomotriz, y todas las funciones psicomotrices alcanzan la madurez entre los 12 y 14 años de edad, ósea simultáneamente con la pubertad, mientras que las habilidades de rendimiento funcional (velocidad, fuerza de arranque, resistencia) maduran únicamente entre los 16 y 18 años de edad.

La psicomobilidad precede a la ejecución de acciones: está relacionada con la actividad motriz invisible. Un entrenador que se concentra sólo en la actividad motriz visible, no obtendrá grandes resultados.

## **El Fútbol en América.**

El fútbol en América aparece con una entidad diferente a como se lo conoce en la actualidad pero con las mismas características.

Para GALEANO (2004) menciona que.

**Es un juego de pelota visto desde las diferentes culturas que se asentaron en Mesoamérica antes de la llegada de los españoles y su colonización. Desde los Olmecas, que son los primeros pobladores de los que se tiene conocimiento de su práctica de juego de pelota, hasta los aztecas, analizamos la relación que tuvieron con esta actividad, basándonos en fuentes y estudios documentados (Pág. 24).**

El primer torneo de América se remonta a 1916 cuando fue realizada su edición en Argentina, celebrando el centenario de la Independencia de dicho país, y en el cual participaron cuatro selecciones. Posteriormente, el evento continuó siendo realizado bajo el nombre de Campeonato Sudamericano de Selecciones (adquiriendo su nombre actual en (1975).

Este torneo, que tras la abolición del British Home Championship en 1984, se convirtió en el torneo entre selecciones más antiguo del mundo, en un principio careció de regulación siendo celebrado anualmente, pero después fue celebrado intermitentemente. Recién en 1986, la Conmebol decidiría establecer un torneo de asistencia obligatoria para sus diez federaciones miembro, realizado en una sede fija.

Este sistema se utiliza a partir de la Copa América 1987 en Argentina, siendo la sede del torneo rotada entre los diez miembros de la Conmebol, completándose en Venezuela con la Copa América 2007 e iniciando un nuevo ciclo en Argentina a partir de 2011.

Desde 1993, el torneo cuenta con 12 selecciones participantes. Diez corresponden a las federaciones asociadas a la Conmebol: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, Paraguay, Perú, Uruguay y Venezuela. A ellas se suman normalmente dos selecciones invitadas de la Confederación de Fútbol Asociación de Norte, Centroamérica y el Caribe (Concacaf), habiendo ocurrido una única excepción en 1999, año en que fue invitado Japón, una selección de la Confederación Asiática de Fútbol (AFC).

La Copa América es uno de los tres eventos futbolísticos más importantes a nivel de selecciones, junto a la Copa Mundial de Fútbol y la Eurocopa. Para la Copa América 2007 se estimó una audiencia de 530 millones de personas en América Latina y a nivel mundial una audiencia acumulada de 4.000 millones de personas pertenecientes a los 185 países en que el evento fue retransmitido.

Para los postulantes de acuerdo a lo investigado, este deporte posee diferentes concepciones según el punto de vista de cada una de las culturas en las que se desarrollaba o practicaba.

## **El Fútbol En Latinoamérica**

Para empezar a narrar la historia del fútbol en Latinoamérica sobre el origen de este deporte se hace necesario remontarse hasta las antiguas civilizaciones e imperios, donde pueden encontrarse diversos antecedentes acerca de este juego.

El fútbol es un deporte que durante su desarrollo en la historia se ha practicado en masas en cualquier lugar del mundo, pero donde ha predominado con gran fervor ha sido en Europa y América latina. La pregunta a plantear es si es el fútbol un deporte trascendental en la sociedad latinoamericana traspasando los aspectos políticos, económicos y sociales. Para el desarrollo de este cuestionamiento o problema me formulare 4 ideas principales. En primera instancia me refiero al nacimiento del fútbol en general y como llego a América latina, el segundo es el traspaso político que ha podido provocar y si es realmente es el opio de los

pueblos, después me refiero al desarrollo del fútbol como impacto cultural y económico entre las masas, y por último los acontecimientos sociales que ocurrían mientras que este se desarrollaba y quienes se involucraban en el para comprobar si es un deporte practicado e idolatrado por las masas.

El primer club importante brasileño fue el Associação Atlética Mackenzie en Sao Paulo. En Argentina, el juego fue introducido por los residentes ingleses en Buenos Aires, y la AFA se fundó en 1891. Sin embargo, arraigó con cierta lentitud y al final fueron los emigrantes italianos los que hicieron popular el juego. Chile formó su federación en 1895, Uruguay en 1900 y Paraguay en 1906. La influencia británica en Sudamérica es evidente en los nombres de algunos clubes: Corinthians en Brasil, Everton y Rangers en Chile, Liverpool y Wanderers en Uruguay, River Plate y Newells, Old Boys en Argentina.

Para los postulantes el fútbol es un deporte que a nivel de Latinoamérica se lo ha practicado con mucha frecuencia desde las culturas antiguas existentes en nuestro continente, que se mantiene hasta la actualidad convirtiéndose en el deporte con el mayor número de seguidores.

### **El Fútbol en el Ecuador.**

El futbol en el país ha tenido una gran acogida desde su llegada, transcurso y hasta la actualidad.

Wright (1899) quien después de residir en Inglaterra junto a su hermano Roberto, actuó en el Unión Cricket de Lima, Perú. El retorno de ambos a Ecuador (mediados de 1899), incentivó a los jóvenes ecuatorianos a practicar fútbol.

**1899:** El 23 de abril de este año nace la primera institución de práctica de fútbol, el Club Sport Guayaquil. Posteriormente se creó el Club Sport Ecuador y el de la Asociación de Empleados.

**1900:** El 28 de enero de este año se registran los primeros encuentros.

**1922:** Las provincias del Guayas y del Pichincha empiezan a organizar campeonatos amateurs, hasta 1950 (Guayas) y 1953 (Pichincha).

**1925:** El 30 de mayo de este año nace la Federación Deportiva Nacional del Ecuador.

**1926:** Se realiza la Olimpiada de Riobamba, que fue ganada por el anfitrión Chimborazo en forma invicta. En este mismo años e incorpora Ecuador a la FIFA.

**1927:** Ecuador se afilia a la Conmebol.

**1940- 1949:** Se disputan los primeros campeonatos nacionales de selecciones amateurs.

**1951:** La provincia del Guayas comienza los campeonatos provinciales profesionales. **1953:** La provincia del Pichincha comienza también los campeonatos provinciales profesionales.

**1957:** Comienzan los Campeonatos Nacionales de clubes en Ecuador. Aunque se suspendieron en los dos años siguientes, se reanudaron en 1960 y continúan hasta hoy.

**1967:** Guayas y Pichincha concluyen sus campeonatos individuales de primera provincial. El 30 de junio de este año nace también la Asociación Ecuatoriana de Fútbol.

**1978:** El 26 de mayo de este año se reforman los estatutos y se cambia el nombre de la institución a Federación Ecuatoriana de Fútbol.

Una de las características más destacadas de la cultura ecuatoriana es su interés en los deportes. Los habitantes de Ecuador son conocidos por su experiencia en diversos tipos de artículos deportivos.

El fútbol es uno de los deportes más populares en Ecuador. Algunos de los otros deportes que son las prácticas profesionales en el país de Ecuador se encuentran

tenis, baloncesto, voleibol, corridas de toros, ciclismo de montaña, motociclismo, surf, Paintball, y así sucesivamente

Desde un punto de vista histórico, el Ecuador ha sido uno de los países con más dificultades futbolísticas de Sudamérica. A pesar de sus irregularidades del pasado, sin embargo, nunca ha faltado calidad.

Desechando una invitación para participar en la inauguración de la Copa Mundial FIFA 1930 celebrada en Uruguay , su primera participación en una campaña de clasificación para el Mundial fue en el 1962 la campaña, con el tiempo estar bien batido por Argentina en dos partidos. Sin embargo, el 1966 la fase de clasificación enfrentó a un lado, considerada como uno de los mejores equipos de Ecuador ha producido, en contra de los ejércitos 1962 y acabado en tercer lugar Chile y una debilitada Colombia lado. Ecuador, con estrellas como Washington Muñoz, Alberto Spencer , Carlos Alberto Raffo , Enrique Raimondi y Jorge Bolaños, obligó a un play-off en el Perú antes de ser eliminado por Chile. Otros jugadores talentosos de haber representado a Ecuador son José Villafuerte en la década de 1970 y 1980.

La clasificación para el Mundial 1998 vio el formato para la calificación de la Conmebol cambió a una casa de ida y vuelta de la liga del. Esta diferencia tuvo un gran impacto en el rendimiento de Ecuador, ya que aseguró varias importantes victorias en casa durante la campaña. Al final, se logró un acabado sexto lugar muy respetable, justo debajo de Perú y Chile (que se clasificó por mejor diferencia de goles). La campaña también marcó el surgimiento de varios jugadores, como Agustín Delgado , Álex Aguinaga , Iván Hurtado , Ulises de la Cruz y Kaviedes Iván , que sentaría las bases para los logros de Ecuador en la próxima década.

Esto se mantuvo lo más cerca que había llegado a aparecer en una final hasta que el torneo de clasificación para la Copa Mundial FIFA 2002 en Corea del Sur y Japón . Dirigido por el colombiano nacido gerente de Hernán Darío Gómez , que terminó segundo detrás de Argentina , y un punto por delante de Brasil que ganó la Copa del Mundo. Agustín Delgado , con nueve goles, máximo goleador en la clasificación conjunta con Hernán Crespo de Argentina . Estaban en el Grupo G

con Italia , México y Croacia . A pesar de que fue eliminado en la fase de grupos, se logró una victoria 1-0 sobre Croacia , que había llegado tercero en la anterior edición de la Copa del Mundo.

Una decepcionante actuación en la Copa América 2004 en Perú llevó a la renuncia de Gómez, quien fue reemplazado por otro colombiano , Luis Fernando Suárez . Los condujo con éxito a través de las últimas etapas del proceso de calificación para la Copa Mundial FIFA 2006 , acabando tercero en llegar a las finales. En Alemania, fueron sorteados en el Grupo A con los anfitriones , Polonia y Costa Rica . Victorias sobre Polonia y Costa Rica obtuvieron la calificación de triple para los octavos de final por primera vez.

Otra decepcionante actuación en otra Copa América en 2007 y sucesivos de tres derrotas en el comienzo de la campaña de clasificación para el Mundial 2010 llevó a la final de los tiempos de Suárez en el equipo nacional. Fue sustituido en 2008 por Sixto Vizúete , quien había ganado previamente el reconocimiento por haber ganado el Juegos Panamericanos de 2007 con la Sub-18.

Para los postulantes el fútbol en nuestro país desafortunado a lo investigado se introduce gracias al conocimiento e iniciativa que presentaron dos hermanos guayaquileños, y en la actualidad se registran grandes clubes con participación muy importantes a nivel continental la liga de Quito.

### **El Fútbol en Cotopaxi**

La Asociación de Fútbol No Amateur de Cotopaxi funciona como asociación de equipos de fútbol dentro de la Provincia de Cotopaxi. Bajo las siglas AFNAC, esta agrupación está afiliada a la Federación Ecuatoriana de Fútbol.

El Club Social y Deportivo Cotopaxi es un equipo de fútbol profesional de Latacunga, Provincia de Cotopaxi, Ecuador. Fue fundado el 2 de diciembre de 1980 y se desempeña en la Segunda Categoría del Campeonato Ecuatoriano de Fútbol.

La Sociedad Deportiva Flamengo es un equipo de fútbol profesional de Latacunga, Provincia de Cotopaxi, Ecuador. Fue fundado el 29 de diciembre de 1923 y se desempeña en la Segunda Categoría del Campeonato Ecuatoriano de Fútbol

La Club Deportivo Saquisilí es un equipo de fútbol profesional de Saquisilí, Provincia de Cotopaxi, Ecuador. Fue fundado en 1982 y se desempeña en la Segunda Categoría del Campeonato Ecuatoriano de Fútbol.

El Deportivo Saquisilí nace en 1982 y se mantiene hasta 1985, cuando desaparece por falta de dirigencia y medios económicos. Vuelve a surgir en 1997, llegando a su máximo apogeo bajo la ayuda del Señor Rodrigo Bustillos, mentalizador para la concepción del equipo. Cede la Presidencia del Club al Arq. Cipriano Arequipa actual director de Obras Públicas Municipales. En esta ocasión llega al triangular final de futbol de segunda categoría profesional del Ecuador. Lamentablemente no obtiene un cupo en la Serie B por gol diferencia.

La nueva administración municipal ha brindado todo su apoyo al Deportivo Saquisilí, adecuando el estadio cantonal, que por primera vez fue calificado para jugar partidos de futbol profesional en el campeonato de 1999.

En la actualidad se ha provisto de una sede con su respectivo mobiliario. La presencia del Alcalde del cantón y de los Concejales, empleados y trabajadores municipales, en todos los partidos jugados por el Deportivo Saquisilí dentro y fuera de la provincia confiere mayor importancia a los partidos y es altamente valorada por la población

En el 2005 , maestros, estudiantes, trabajadores y empleados, promovieron que la Universidad Técnica de Cotopaxi, participe en el fútbol barrial de la provincia específicamente en la liga La merced con el nombre de Club Atlético Universitario, en esta etapa alcanzamos importantes logros. Fue el Ing. Hernán Yáñez, en ese entonces vicerrector, entusiasmado con la idea, gestiono la adquisición de los derechos deportivos del tradicional Sociedad Deportiva “Flamengo” de la segunda categoría provincial.

El 8 de Agosto del 2007, mediante acuerdo ministerial 127, el ministerio del deporte aprueba el Estatuto Sustitutivo del Club Sociedad Deportiva Flamengo-Universidad Técnica de Cotopaxi y cambia de denominación por el de **Club Deportivo Universidad Técnica de Cotopaxi**.

En el año 2009 constituye para la UTC el de mayor importancia ya que la acumulación de triunfos dio como resultado el ascenso a la primera "B" del fútbol nacional.

### **El Fútbol en Latacunga**

En la ciudad de Latacunga este deporte ha venido evolucionando poco a poco esperando darse a conocer de mejor manera en el país .

Hace algunos años, con una visionaria proyección de valiosos dirigentes, se creó la escuela de fútbol de la Universidad Técnica de Cotopaxi UTC, con el importante objetivo de obtener relevantes figuras para el deporte rey de nuestra provincia. Sin embargo, aún no se ha podido colocar algún jugador propio de esta escuela en la serie de privilegio.

Es por ello que la mencionada escuela ha tenido una importante reestructuración, de manera especial en su dirección, y ahora se encuentra directamente en manos del Centro de Cultura Física de la UTC, además de la creación de varias categorías empezando desde los 6 años, siguiendo cada dos años hasta llegar a la sub 14.

Para ello se ha dispuesto por esta dirección que profesionales muy reconocidos en el medio deportivo local y hasta nacional, se hayan hecho cargo de las diferentes categorías, quienes están trabajando ya con los chicos. Así tenemos que forman parte del cuerpo técnico de la escuela de la UTC, a los profesores Patricio "Pavo" Revelo, Rodrigo "Mochila" Herrera, Xavier Pazmiño y finalmente John Herrera en calidad de auxiliar.

Con esto se aspira a renovar la escuela de fútbol de la UTC, para que principalmente los niños y jóvenes que están y los que van a ingresar estén atendidos de la mejor manera. Es muy gratificante observar a una gran cantidad de chiquitines que están ávidos de aprender lo que sus profesores están dispuestos a transmitir sus valiosas experiencias y conocimientos

Nuestra provincia a través del tiempo ha sido cantera de grandes arqueros, que incluso destacaron a nivel del fútbol profesional nacional como Fernando Hidalgo, Paco Mesías y el mismo Rodrigo Herrera, por ello se estableció que haya una categoría especial para goleros. Es decir, el propio “Mochila” Herrera está encargado de entrenar a los aspirantes a ser los futuros guardametas de nuestro fútbol.

La UTC hace un gran esfuerzo al poner a grandes profesionales al servicio de la juventud cotopaxense; y, como lo manifiesta el profesor “Pavo” Revelo, en Latacunga “existe buen material para obtener grandes deportistas en un futuro cercano” por lo tanto hay que aprovechar esa circunstancia.

Por todos estos antecedentes, se hace un llamado a todos los niños y jóvenes de la ciudad y provincia a que formen parte de la escuela de fútbol de la UTC además, que este proyecto se extenderá a varios cantones de Cotopaxi, por lo que habrá que estar a la expectativa de ello.

Para los postulantes en la ciudad de Latacunga se debe destacar la participación del equipo de la UTC así como también la escuela de fútbol con que cuenta este equipo.

## **1.2. Fundamentos Técnicos del Fútbol.**

Entendemos que a partir de los 5 años el deporte y, más concretamente el fútbol, lo deberíamos presentar como un juego, como un juego deportivo, donde se entremezclen los componentes creativos, expresivos y lúdicos que nos sirvan como un medio de realización, formación y potenciación de las cualidades y capacidades del niño.

Para BAUER (1994) **“Son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo”** (pág. 1).

Para los postulantes se busca una eficaz comunicación técnica en los educandos los mismos que les servirán en el proceso enseñanza aprendizaje.

### **1.2.1. Fundamentos Técnicos**

Los fundamentos técnicos son acciones que primero se enseñan y luego se entrenan. Se presentan muy pocas veces separados entre sí. La mayoría de las veces los movimientos parciales y los elementos técnicos se

#### **1.2.1.1. Fundamentos sin balón desplazamientos**

El futbolista se desplaza por el terreno de juego en forma variada: caminando, trotando o corriendo, de acuerdo con las necesidades que se le planteen o para ubicarse según los sistemas tácticos del equipo. Según el sentido de desplazamiento éste puede ser hacia adelante, hacia atrás, diagonal y lateral.

Desplazamientos hacia adelante.

Las estructuras de movimiento al caminar y al trotar corresponden a las formas naturales, pero la carrera del futbolista, comparada con la del velocista en atletismo, presenta una serie de diferencias, entre las que se destacan:

1. Las técnicas para la carrera del futbolista no son fijas.
2. La carrera se inicia casi siempre con un arranque rápido y sin tener una posición de salida determinada.
3. Los pasos de carrera pueden ser cortos o largos; y la posición del cuerpo, ligeramente vertical, lo que le permite parar o modificar rápidamente la forma de desplazamiento.
4. El braceo amplio no existe en esta carrera, y los antebrazos permanecen algo paralelos al piso.

5. La carrera puede alterarse variando la velocidad de desplazamiento, ya sea aumentándola, disminuyéndola o cambiando de dirección. Educación física y deporte, vol. 16 Medellín, enero-diciembre 1994

6. El futbolista debe estar predispuesto mientras se desplaza a absorber posibles golpes sin perder el equilibrio, puesto que en el fútbol puede haber contacto entre los jugadores.

#### Desplazamientos hacia atrás.

Normalmente se realizan en acciones defensivas o para no perder de vista el balón o a un contrario. Pueden ser hacia atrás, caminando, trotando o corriendo, pero sin apoyar los talones en el piso para evitar caerse; diagonal, variando la orientación constantemente según las circunstancias de juego; o en forma lateral (perfilado), manteniendo siempre la misma orientación al desplazarse. Tácticamente, este último es empleado por las defensas en línea para "agrandar" la cancha.

#### Desplazamientos laterales.

En este tipo de desplazamiento es necesario tener presente que el movimiento debe hacerse por pasos laterales (paso-junto-paso), sin unir completamente las piernas en la fase intermedia y sin cruzar una sobre la otra. Cuando los desplazamientos diagonales y laterales se realizan en acciones defensivas, es incorrecto hacerlos por saltos. Además, la acción de unir las piernas no debe ser completa para evitar así la disminución excesiva de la base de sustentación y, por esta causa, la aparición de una situación momentánea de equilibrio inestable, por ejemplo, frente a un atacante que realiza una finta.

#### Actividades sin balón.

Buscando el desarrollo de la motricidad del/de la jugador/a de forma general, o más específica (desplazamientos, giros, saltos, combinación de estos,...)

## **1.2.2. Fundamentos Técnicos con balón.**

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

### **1.2.2.1. Superficies de contacto con el balón:**

**El pie.**-Es la parte del cuerpo que en el fútbol se usa más.

**Planta del Pie.**-Sirve para semiparar, parar, desviar, conducir, pasar, driblear.

**Empeine.**-Sirve para amortiguar, pasar largo, rematar (volea, semivolea), chalaca.

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

**Borde Externo.**- Se utiliza para engañar, semiparar, amortiguar, desviar, conducir, driblear, rematar (tiro libre), pasar (pared corta).

**Punta.** Se utiliza en situaciones de urgencia (rechazos), (disparos instantáneos), sirve también para desviar, pasar, rematar.

**Taco (talón).**- Sirve para emergencias en jugadas de distracción o lujo.

**Rodilla.**- Sirve para pasar, amortiguar.

**Muslo.**- Sirve para proteger, dominar, amortiguar, desviar, pasar.

**El Pecho.**- Sirve para amortiguar, desviar, pasar, anticipar.

**Los Hombros.**- Sirven para pasar y amortiguar.

**La Cabeza.**- Sirve para cabecear, amortiguar, conducir, desviar, rematar, anticipar

**Dominio del balón.**- Es una acción (malabarismo) que consiste en controlar el balón la mayor cantidad de tiempo sin dejarlo caer al piso. Es necesario

desarrollar este fundamento para la acción de juego. Este control del balón a través de la acción técnica busca llegar a la “pericia técnica” que es la técnica depurada y desarrollada dentro de la dinámica del fútbol actual. es también una forma de familiarizarse con el balón y a la vez ir mejorando la coordinación con él.

## **El pase**

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

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

## **Tipos de pase**

- 1) De acuerdo a la distancia.
  - Pases cortos.
  - Pases largos.
  - Pases medianos.
  
- 2) De acuerdo a la altura.
  - Pase a ras del suelo.
  - Pase a media altura.
  - Pase por elevación
  
- 3) De acuerdo a la superficie de contacto.
  - Con la parte interna de pie
  - Con la parte externa del pie
  - Con el empeine
  - Con la punta
  - Con el taco.

## **La Conducción.**

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

## **Tipos De Conducción**

### **1) Según las Superficies De Contacto**

- **Con la Parte Externa del Pie.-** La posición del cuerpo es inclinada hacia fuera. El pie conductor se dirige hacia dentro en el momento de empujar el balón. La rodilla se acerca al eje longitudinal del cuerpo. El pie queda un poco flojo y lo giramos hacia dentro desde el tobillo.
- **Con la Parte Interna del Pie.-** Utilizamos el empeine interior del pie. Durante la carrera la punta del pie que conduce el balón gira hacia fuera. La conducción es correcta cuando mantenemos el balón bajo nuestro control con un movimiento armónico, ininterrumpido y sin quebrar el impulso
- **Con el Empeine.-** Es empujar el balón con el empeine total del pie lo que hace la acción más compleja que las anteriores.
- **Con la Punta del Pie.-** Forma de conducción algo rudimentaria, el poco uso de esta técnica se debe a que se pierde casi toda la precisión debido a que el balón está casi fuera de control.
- **Con La Planta Del Pie.-** Se utiliza para perfilarse en jugadas de emergencia, o cuando el balón queda un poco atrás o cuando

queremos protegerla del rival haciendo rodar el balón con la planta, que nos da mejor posibilidad de utilizar el cuerpo.

2) Según la Trayectoria.

- a) Conducción en línea recta
- b) Conducción en zigzag (slalom)
- c) Conducción con cambios de dirección
- d) Conducción con cambios de frente.

Aspectos a Tener en Cuenta en la Conducción del Balón

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

## Los Saques

Es la acción de sacar el balón de una raya o sitio hay tres tipos de saques:

**Saque de arco.**- Es cuando la pelota sale del terreno sobrepasando la línea del gol, vuelve al juego, bien por medio de un saque desde el área pequeña de la portería.

Es cuando el arquero o guardameta saca el balón del área de la portería con las manos hacia delante puede hacerlo con dirección al medio campo o a los laterales del campo de juego.

**El saque de banda.-** Se realiza cuando la pelota sale fuera de la banda, vuelve al juego por medio de un saque de banda si ha salido por las líneas laterales del campo, y por medio de un saque con el pie si ha sobrepasado la línea del gol. Los saques los efectúan los jugadores del equipo que no ha sido responsable del envío de la pelota fuera del campo. Para efectuar un saque de banda, se debe realizarse en el mismo punto donde salió la pelota, el jugador coge ésta con las dos manos y la lanza desde detrás y por encima de la cabeza.

**Saque de esquina.-** Un saque de esquina se saca desde el punto donde se juntan las líneas de banda y de gol más cercanas al lugar donde salió la pelota. El jugador que efectúa el saque no puede volver a tocar la pelota hasta que lo haya hecho otro jugador. Los defensores deben colocarse a una distancia mínima de 9, 15 metros. Este saque de esquina llamado también córner debe ser ejecutado de la esquina del campo de juego por un jugador del lado contrario.

### **El Juego de Cabeza**

Este juego no está relacionado no solo con la elasticidad o con la altura del jugador sino con el dominio del cuerpo y la toma de impulso.

En el toque da cabeza es importante no perder de vista al balón para saber en qué momento y lugar se debe saltar

#### **El juego de cabeza desde el suelo.**

Este se lo puede hacer de dos maneras:

En los balones con trayectoria directa retroceder el cuerpo de modo que la cabeza, después de ir a su encuentro, retrase el máximo de contacto.

En los balones altos, flexionar las piernas como si fueran unos amortiguadores y en el momento que va a producirse el contacto, extender todo el cuerpo.

#### **El toque de cabeza en el aire.**

Consiste en saltar de cara al balón, fijando la vista en él y arqueando la parte alta del cuerpo como si se tratara de huir del balón, cuando este se aproxima.

### **El toque de cabeza con zambullida, remate en plancha.**

Esta es una acción acrobática y espectacular que además goza de una gran eficacia, la mecánica adecuada consiste en sin perder de vista el balón, zambullirse hacia delante cuando el balón se acerca a media o baja altura.

### **El dribling:**

Fundamento técnico individual que busca a través de la habilidad en el dominio del balón en carrera; sortear, eludir o evitar al adversario con el fin de llegar al arco rival o en algunos casos con el objetivo de no perder la posesión del balón.

Su elemento más importante es la finta.

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

#### **Objetivos de la finta.**

- Distraer la atención del adversario, para superarlos.
- Para ganar tiempo y espacio.
- Para no perder la posesión del balón.

(Engaño sin balón = finta)

(Engaño con balón que puede ser ejecutado con finta = dribling)

#### **Características del dribling.**

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

#### **.Tipos de dribling.**

1) Según la complejidad de la ejecución

- **Dribling simple.**- busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. realizando el mínimo contacto con el balón.

- **Dribling compuesto.**- Se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.

2) Según la posición del adversario.

- Dribling de frente.- es cuando el jugador se encuentra cara a cara con el adversario y utiliza su ingenio y técnica del dribling para superarlo.
- Dribling cuando el rival está detrás.-es necesario cuando estamos de espaldas al arco rival y tenemos una marca asfixiante del adversario. El jugador tiene que necesariamente que desarrollar la capacidad de receptor, proteger, amagar y girar el cuerpo para zafar del acoso que es producido por el rival.
- Dribling cuando el rival esta al costado.- se utiliza cuando el adversario logra darnos alcance y corre en paralelo a nosotros. el jugador debe desarrollar la capacidad de sobre-parar y con la misma iniciar nuevamente la carrera; de lo contrario cambiar de dirección en forma brusca; para salir de la marca.

3) Según la acción del que driblea.

- Dribling en velocidad.- busca aprovechar la velocidad del jugador para picar con el balón sorprender y superar al adversario, cambiando de velocidad.
- Dribling de protección.- su objetivo es proteger el balón hasta que las condiciones para progresar en el juego o pasar el balón mejoren, es un dribling preventivo.
- Dribling con engaño.- todo dribling requiere de engaño, en este caso se da una idea al rival y se hace lo contrario. Es algo natural que poseen los grandes jugadores; es la suma de la improvisación, ingenio y técnica del dribling. La finta está presente también.

## **El Remate**

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

### **Tipos de remate.**

1) De acuerdo a la superficie de golpeo:

- Remate con el empeine.
- Remate con el empeine interno.
- Remate con el empeine externo
- Remate con la punta del pie.
- Remate con la rodilla
- Remate con el taco.
- Remate con la cabeza.
- Remate con la punta.

2) De acuerdo a la altura del balón.

- Remate a ras del suelo.
- Remate a media altura.
- Remate de altura.
- Remate de semivolea o contra bote.
- Remate de volea.
- Remate de semichalaca.
- Remate de media vuelta.

3) De acuerdo a la dirección del balón.

- Remate en línea recta.
- Remate cruzados o en diagonal.
- Remate con efecto.

### **1.3.3. Calentamiento Aplicando a los Niños.**

Habiendo leído lo que autores representativos de esta área aportan sobre el tema del calentamiento (Bangs Bo, 1997; Bauer, 1994; Bosco, 1994; Fernández Pombo y Da Silva, 1997 a y b; Fradua, 1997; Lago 2002; Sans y Frattarola, 1998); y conociendo las nuevas concepciones de trabajo dentro del fútbol base (Mombaerts, 1998; Romero, 2000; Wein, 1995) pensamos que existe un vacío relacionado con el uso del calentamiento dentro de este ámbito. Son conocidos sus beneficios y sus efectos, de igual manera que su variabilidad dependiendo de los objetivos de la sesión de fuerza es diferente que en una de velocidad. También se conoce su duración lógica y sus fases. Por todo esto, el calentamiento en el fútbol base debe ser diferente para un entrenamiento que para un partido, para un pre benjamín que para un juvenil y cada uno tendrá sus aspectos importantes. Así, el principal objetivo de este texto es ver los aspectos fundamentales dentro de la etapa de formación del joven futbolista ofreciendo ejemplos prácticos de calentamientos asociados a cada edad.

#### **Qué es el Calentamiento**

Es un conjunto de ejercicios , juegos o ejercicios jugados , realizados antes de la parte principal de la Educación Física , Deporte o actividad física , con la finalidad de que el organismo transite desde un estado de reposo relativo a un estado de actividad determinado en correspondencia con la intensidad de la carga recibida, garantizando una correcta preparación para la que está destinada a la parte principal

Para COSTILL, (1998) **“El calentamiento produce, entre otros objetivos fisiológicos, un incremento de la temperatura corporal y muscular mejorando la transmisión nerviosa, la excitabilidad, la contractilidad y la viscosidad muscular” (Pág. 1).**

Para los investigadores el calentamiento es necesario para la actividad física ya que de no hacerlo se puede sufrir graves lesiones que perjudican al rendimiento de los deportistas.

**WILMORE (1998). “Es lógico pensar que un cuerpo pequeño puede abastecerse más rápido de oxígeno que uno grande” (pag1).**

El mayor flujo sanguíneo muscular en los niños representa una distribución favorable de la sangre durante el ejercicio. Así, los niños necesitan dos minutos para alcanzar la fase estable, mientras los adultos necesitan cuatro.

**POMBO (1997). “Para poder exponer los principios que rigen el calentamiento en el fútbol base, debemos conocer los principios del calentamiento y adecuarlos a la etapa formativa” (pag1).** El niño no es una adulto en miniatura (lo cual deben entender padres, monitores, entrenadores e incluso a los niños), por lo que existirán principios básicos que puedan adecuarse y otros que tendremos que establecer basándonos en las características de los jóvenes futbolistas.

Pombo clasifica al calentamiento de la siguiente manera

### **Calentamiento pasivo.**

Consiste en provocar un aumento de la temperatura corporal mediante factores externos: masajes, diatermia (onda corta, ultrasonidos), hidroterapia ( duchas o baños calientes). Presenta el inconveniente que la temperatura local y general no alcanza valores suficientemente elevados, y como ventaja la del ahorro de substratos energéticos.

### **Calentamiento activo general**

Consisten en ejercicios generales que van destinados a poner en marcha todos los sistemas funcionales del organismo. Normalmente son ejercicios de locomoción,

de impulsión, de fuerza, de movilidad articular y de elasticidad realizadas a una intensidad baja. Se realiza antes del específico.

### **Calentamiento activo específico**

Consisten en ejercicios que van a actuar sobre la musculatura concreta que se va a utilizar en la actividad deportiva. Son movimientos parecidos al gesto deportivo real desarrollados a una intensidad inferior. En los deportes en los que se utilice material (balones, raquetas, conos, banderolas, platos etc.) es el momento de realizar las acciones técnicas que se van a desarrollar con posterioridad

En el campo de fútbol, distribuimos tres zonas de esfuerzo. Los jugadores trabajan por parejas con un balón. El principio básico es elevar la temperatura de la musculatura específica y se consigue recorriendo un elevado número de metros a velocidad constante, desarrollando los gestos -tipos técnicos específicos de cada zona.

Es muy importante que los jugadores deben desarrollar esta fase técnico aeróbica a bajas velocidades en el modelo de contracción muscular. Los gesto-tipos deben realizarse a baja velocidad, ya que la coordinación intermuscular y la intramuscular aún no está suficientemente activada. El énfasis se pone en la continuidad de las actividades en régimen aeróbico. En la siguiente gráfica, se exponen un modelo aplicativo basado en los principios presentados.

ZONA A: Pase a la banda y centro. El compañero remata de cabeza preferiblemente y después alterna con voleas suaves.

Volumen: cada pareja hace 8 centros.

ZONA B: Se realizan 3 pases en corto y 1 en largo.

Volumen: 4 esfuerzos largos por jugador.

ZONA C: Conducción con cambio de balón y conducción con cambio de jugador en posesión del balón.

Volumen: 4 anchos con cada modelo de conducción.

Cada pareja hace la transición entre zona con carrera continua.

El desarrollo total de esta fase dura 6-8 minutos.

#### **1.3.4. MÉTODOS DE ENSEÑANZA APLICADOS AL FÚTBOL:**

Un aspecto clave en cualquier deporte es el inicio. Los comienzos que cualquier deportista tenga en su práctica, en gran medida condicionarán el resto de su participación en el mundo del deporte. Por ello hemos de entender que el estudio y la profundización en las formas y contenidos más naturales de enseñanza en controversia directa con los métodos más tradicionales, son una realidad, y que se comienza a destacar una importante tendencia a considerar al niño como un sujeto que ante todo ha de aprender divirtiéndose, de acuerdo con su proceso evolutivo, sin especialización e incidiendo en aquellos aspectos relacionados con la adquisición natural de las distintas capacidades.

Según el filósofo inglés FRANCIS BACON, las distintas etapas del método científico son:

**La observación, permite analizar un fenómeno según se aparece ante la realidad; la inducción, para distinguir los principios particulares de las situaciones observadas; la hipótesis, planteada a partir de la observación y de acuerdo a ciertos criterios; la prueba de la hipótesis mediante la experimentación; la demostración o refutación de la hipótesis; y el establecimiento de la tesis o teoría científica(pág1).**

#### **Qué son los métodos?**

Son el conjunto de operaciones ordenadas, con las que se pretende obtener un resultado. La buena organización, secuenciación y sistematización de la acción tendrá como objetivo el lograr una meta.

#### **Método Directo**

El jugador se convierte en un fiel imitador de las directrices que marca el entrenador.

- **a.) Objetivos Tácticos.**
  - Control y disciplina de los jugadores a lo largo de la sesión.
  - Los jugadores se someten a las directrices del entrenador.

- Facilitar un trabajo físico - técnico homogéneo para el equipo
- **b.) Características Técnicas.**
  - Organización Previa :
    - El Entrenador: establece los objetivos, contenidos, actividades,
    - recursos materiales, estrategias de enseñanza, los criterios de evaluación..... como responsable único.
  - Ejecución de la Sesión :
    - El Entrenador: tiene como misión transmitir el modelo de tareas a realizar; lleva un control directivo y continuo sobre el desarrollo de la sesión, establece el comienzo y el final, el número de repeticiones, el ritmo e intensidad de trabajo etc...
    - Los Jugadores: siguen las instrucciones del entrenador, sin margen para la experimentación.
  - La Evaluación :
    - El Entrenador: Es el único responsable, emplea habitualmente tests pruebas de control.
    - Los Jugadores: No intervienen en dicho proceso, labor exclusiva del entrenador.

### **.Métodos deductivos**

Nos permiten obtener los conocimientos verdaderos, partiendo de una premisa general podemos sacar conclusiones a nivel particular.

En su aplicación práctica debemos:

- Facilitar al jugador relacionar el aprendizaje con los conocimientos previos.
- Subdividir los conocimientos de la enseñanza en elementos.
- Saber relacionar los elementos del contenido que se les enseña.

- Los métodos deductivos se les relaciona con procesos de: aplicación / comprobación / demostración.

### **Métodos inductivos**

Está basado en observar acontecimientos particulares, con objeto de construir conceptos generales.

Puede seguir dos caminos: guiado (el entrenador es el principal organizador del aprendizaje) y no guiado (el papel de jugador se incrementa a favor de su creatividad, pasando la labor del entrenador a un segundo plano).

**Método global:** basado en la enseñanza del juego real (11 contra 11).

Características:

- Introducir progresivamente la noción del oponente.
- Introducir la acción y el gesto en una fase de juego completa.
- Realizar el entrenamiento en situaciones próximas a la competición.
- Controlar la evaluación durante el juego.
- Establecer nuevas normas.
- Va de la táctica a la técnica.

Ventajas: al plantear la enseñanza en circunstancias reales al juego, las mejoras tienen un rápido reflejo en el juego.

Inconvenientes: es muy difícil hacer una enseñanza individualizada y la mejora técnica se ve relegada.

### **Método analítico.**

Es opuesto al global, partiendo de lo mínimo. Centraliza la atención del jugador sobre aspectos concretos y aislados del gesto técnico. Va de la técnica a la táctica.

Ventajas: se puede incidir sobre la mejora de objetivos muy concretos, la enseñanza puede ser más individualizada, se logra más fácilmente un número elevado de repeticiones.

### **Métodos auto – adaptativos.**

Se utiliza cuando los jugadores entienden lo que vamos a trabajar. Es más cercano al método global.

El jugador no se debe limitar a conocer el gesto, sino qué gesto y cuando hacerlo, interviniendo activamente en la toma de decisiones.

Principios del proceso educativo:

- La enseñanza deportiva comprende una serie de elementos: objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, criterios de evaluación... que han de interactuar de manera positiva para obtener los resultados esperados.
- Los procesos de enseñanza - aprendizaje.
- Las prácticas educativas.
- Las actuaciones de los entrenadores.

Para los postulantes se pudo redactar que la motivación para los niños 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.

### **1.3.5. Estrategias Metodológicas.**

Las estrategias de aprendizaje, son el conjunto de actividades, técnicas y medios que se planifican de acuerdo con las necesidades de la población a la cual van dirigidas, los objetivos que persiguen y la naturaleza de las áreas y cursos, todo esto con la finalidad de hacer más efectivo el proceso de aprendizaje.

Al respecto BRANDT (1998),

**Las estrategias las define como metodológicas, técnicas de aprendizaje andrológico y recursos varían de acuerdo con los objetivos y contenidos del estudio y aprendizaje de la formación previa de los participantes, posibilidades, capacidades y limitaciones personales de cada quien (pág.1)**

Es relevante mencionarle que las estrategias de aprendizaje son conjuntamente con los contenidos, objetivos y la evaluación de los aprendizajes, componentes fundamentales del proceso de aprendizaje. Siguiendo con esta analogía, podríamos explicar qué es y qué supone la utilización de estrategias de aprendizaje, a partir de la distinción entre técnicas y estrategias:

- **TÉCNICAS:** actividades específicas que llevan a cabo los alumnos cuando aprenden.: repetición, subrayar, esquemas, realizar preguntas, deducir, inducir, etc. Pueden ser utilizadas de forma mecánica.
- **ESTRATEGIA:** se considera una guía de las acciones que hay seguir. Por tanto, son siempre conscientes e intencionales, dirigidas a un objetivo relacionado con el aprendizaje.

Para SANCHEZ (1984) las define como:

**En ocasiones las estrategias metodológicas son objeto de aprendizaje son tan complejas que no se pueden aprender todas de una vez y deben ser aprendidas por partes para adecuarse al ritmo de aprendizaje de los alumnos (pág. 54).**

Para el postulante las estrategias metodológicas deben irse desarrollando de manera paulatina y progresiva utilizando estrategias adecuadas sin forzar ni cargar al deportista.

Para determinar las estrategias a utilizarse debe tomar en cuenta:

- Las características de la destreza a enseñar las actividades deben ser analizadas desde el punto de vista funcional y estructural para determinar las exigencias que pueden plantear para el aprendizaje, por ejemplo una

destreza compleja, compuesta o seriada debe ser enseñada mediante una estrategia analítica mientras una destreza discreta, continua o simple debe ser planteada de forma global.

- Las posibilidades del alumno : Según el estado evolutivo del alumno puede afrontar las exigencias que la destreza plantea o no, por ejemplo con niños pequeños debe adoptar estrategias globales con reducción de la dificultad antes que analíticas ya que le resulta costoso. integrar las partes que componen una destreza.
- Los objetivos de la enseñanza: El aprendizaje de una destreza determinada no se produce aisladamente si no en relación con otras destrezas que han de ser aprendidas después por tanto unas estrategias u otras en el aprendizaje actual permite o no su aplicación a los aprendizajes futuros.

Para los postulantes se pudo investigar que el alumno está expuesto a una gran gama de estrategias cognitivas de aprendizaje, de modo que pueda escoger aquellas que se ajustan a su estilo de juego ya que las actividades y situaciones de enseñanza le han brindado oportunidades de aprendizaje tanto individual, grupal y colaborativas en función del juego de equipo.

### **1.2.5 Proceso de Enseñanza Aprendizaje.**

Como consecuencia de este crecimiento, la enseñanza del fútbol se ha convertido en un factor de gran interés en el ámbito deportivo; dicho interés, radica en responder a una necesidad y preocupación social por mejorar el rendimiento deportivo y sobre todo, porque involucra la formación de niños y jóvenes. Por eso, la enseñanza del fútbol debe abordarse con mentalidad científica, desde el punto de vista de la comprobación de las ideas que la sustentan, de manera que podemos promover su cualificación y darle un nuevo sentido al proceso de iniciación y formación deportiva.

Para FREU (2001) los define que:

**El proceso de planificación de la enseñanza en el Sistema Educativo para el área de Educación Física a la hora de elegir una edad de iniciación adecuada, las intenciones del proceso, los objetivos, etapas de**

## **aprendizaje, la competición, recursos materiales, criterios de evaluación, medios para la evaluación y conocimiento (Pág.56).**

Para los postulantes diremos que en realidad se desarrollara las capacidades físicas básicas mediante métodos que serán expuestos en una variedad de juegos.

Muchos coinciden en que estos son los elementos fundamentales a cuidar para iniciar el proceso de enseñanza- aprendizaje a cualquier deporte y en cuál es la función de cada uno de estos elementos; pero cuando la intención es que además produzca unos aprendizajes que colaboren en la educación integral del niño/a la cosa se complica, por ello al indagar sobre cuáles son los elementos del contexto que afectan el proceso también expondremos brevemente unas pinceladas para su utilización con la intención de producir el tipo de aprendizaje que deseamos.

### **¿Cuándo enseñarlo?**

Pues bien, una de las dudas que solemos tener los profesionales del deporte en la Escuela es la edad del comienzo del mismo.

En el ámbito escolar, y con respecto a la conveniencia de que la iniciación deportiva empiece a una u otra edad, no cabe otra opción, desde un punto moral, que entender que dicha conveniencia recae o debe recaer sobre el propio niño/a que va a ser objeto de una iniciación deportiva.

En otras palabras, uno de los criterios que debe predominar, sobre todo, a la hora de establecer una edad para comenzar la iniciación deportiva, es el de salvaguardar los intereses personales, presentes y futuros; de dicho niño/a (entendiendo tales intereses desde el punto de vista de su desarrollo personal, de salud y de su calidad de vida, lo que implica que en la determinación del proceso de iniciación deportiva, y el desarrollo de dicho proceso, se tengan aspectos tales como su grado de maduración motriz y psicológica, sus conocimientos y capacidades, sus intereses y ritmos de aprendizaje). Dicho criterio además, debería prevalecer no solo en el ámbito escolar, sino en cualquier ámbito de iniciación y de práctica deportiva.

### **¿Qué enseñar?**

Dentro del deporte se debe tratar contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales. Se piensa que, en general nuestros niños/as deben adquirir los elementos más básicos del deporte utilizando métodos activos.

De los tres tipos de contenidos nombrados antes, dadas las características del área debemos destacar los procedimentales y actitudinales. Dentro de los contenidos procedimentales se debe incluir los elementos técnico-tácticos básicos de los deportes. Hecha esta puntualización, debemos tener en cuenta que debido al tiempo de que se dispone y el hecho de que no solo se debe enseñar este contenido, en tan pocas sesiones es muy difícil que los niños y niñas progresen motrizmente en un deporte. Por ello, se debe ofrecer una formación básica multideportiva con situaciones de aprendizaje contextualizadas donde estén practicando a la vez varios elementos técnico-tácticos.

### **¿Cómo enseñar?**

En el ámbito escolar se debe utilizar métodos activos para enseñar deporte. En estos modelos, a la hora de enseñar un deporte hay que partir de los intereses del niño/a. Además este se adaptara a sus características, para lograr así un aprendizaje, donde la reflexión, iniciativa y decisión por parte del niño/a tendrá un papel muy importante.

### **Factores que Intervienen el Aprendizaje Motriz:**

- La buena distribución de los periodos de práctica y descanso.
- Actividades adecuadas a las capacidades del jugador.
- El entrenador debe partir del buen conocimiento del jugador: sus características psicológicas, físicas, sociales...
- La motivación como fuerza motora de la práctica deportiva.
- La práctica mental aplicada a la mejora del aprendizaje deportivo.

- El conocimiento de los resultados o Feed-back del aprendizaje deportivo: el jugador recibe información del entrenador y de él mismo sobre las tareas que viene realizando.

### **La Programación Y Planificación Del Enseñanza**

**Planificación:** es el proceso sistemático que nos permite conocer el contexto sobre el que va intervenir el proceso de enseñanza / aprendizaje.

#### **Aspectos básicos a considerar:**

- Objetivos específicos a partir de los objetivos generales.
- Adecuar los objetivos al tiempo real de del trabajo.
- Partir de los conocimientos y experiencias previas.
- Organizar y secuenciar los contenidos.
- Metodología en función de los contenidos, los medios, los recursos...
- Las estrategias y actividades de enseñanza en relación con las características de nuestros jugadores y de los contenidos.
- Ajustar las actividades al tiempo y los recursos disponibles.
- La evaluación como control del proceso.

#### **Problemas a evitar en la planificación:**

- La improvisación de las sesiones.
- La no explicitación de los objetivos.
- La desinformación a los jugadores sobre el trabajo a realizar.
- Saturar de actividades las sesiones.
- Una programación impuesta a los jugadores.

#### **Ventajas:**

- Reducción de la ansiedad entre el entrenador y los jugadores.
- Recoger las opiniones de los jugadores sobre sus intereses y necesidades.
- Diseñar un documento básico en el que se recojan los aspectos a presentar a los jugadores.

- Realizar un seguimiento del trabajo.

#### **Los programas tendrán en cuenta:**

- El nivel de desarrollo, capacidades y conocimientos previos de los jugadores.
- Desarrollar conocimientos técnicos significativos.
- Que los aprendizajes sean funcionales.
- Variar la actividad del jugador.
- Que las tareas que exigen una memorización sean comprensivas y no repetitivas.
- Que la actividad práctica esté vinculada con el proceso.

#### **Modelos de programación aplicados al entrenamiento en el fútbol:**

**Modelo técnico:** es el modelo que pretende racionalizar los procesos de enseñanza. Está basado en el estudio de técnicos o científicos.

Se caracteriza por:

- El jugador es el objeto pasivo de la información.
- El entrenador se convierte en un aplicador del contenido elaborado por otro.
- Los contenidos son los ejes del programa.
- Se favorece un aprendizaje individualista y competitivo.
- La evaluación es finalista.

**Modelo práctico:** considera que el programa debe contextualizarse en cada una de las situaciones. No se proporcionan formulas recetas, sino que se buscan principios generales de actuación, destacando el papel activo del entrenador.

Características:

- El programa se adecua al contexto.
- Se busca una aplicabilidad práctica en el trabajo.

- Se produce un proceso de deliberación y razonamiento.
- Da importancia al proceso, importa cómo se consigue

**Modelo crítico:** pretende desarrollar el conocimiento del entrenador y jugador de manera autónoma (muy poco utilizado).

Características:

- Sus actividades deben favorecer procesos de autonomía en los jugadores a la hora de atender problemas de la práctica deportiva.
- Deben hacerse revisiones continuas sobre la propia práctica.

**Elementos del programa:**

- Contexto: (analizar antes)

Características de los participantes.

Conocimientos y experiencias previas.

Formación inicial de los entrenadores.

Medios y recursos disponibles.

Diagnóstico inicial.

- Proceso: (analizar durante)

Programa de trabajo: objetivos, contenidos y actividades.

Estrategias en la actuación del entrenador.

Establecer criterios de evaluación.

Formación permanente de los entrenadores.

- Resultados: (análisis final)

Adquisición del aprendizaje.

Cambios en los jugadores.

Investigación sobre la actuación del entrenador.

Revisión final del programa.

### **La Comunicación:**

Algunas preguntas por lo que es importante la comunicación:

- ¿qué es lo que quiero decir?
- ¿qué sé decir?
- ¿qué es lo que realmente digo?
- ¿qué es lo que siento que digo?
- ¿qué escucha el jugador?
- ¿qué llega a comprender el jugador?
- ¿qué acepta el jugador?
- ¿qué es lo que no acepta?
- ¿de todo, qué hago realmente en la práctica?

Obstáculos de emisión:

- La utilización de un lenguaje inadecuado.
- La falta de recursos pedagógicos y de medios didácticos que ayude al jugador a una mejor comprensión.
- La subjetividad de la exposición del entrenador.
- El desconocimiento sobre los contenidos básicos.
- El tiempo de duración, el sitio (lugar, clima...), el lenguaje, el tono de voz, la posición....

Obstáculos en la recepción:

- La fatiga del jugador al recibir la información.
- La falta de comprensión teórica sobre su actividad práctica.

- La mala disposición de algunos jugadores.
- La resistencia al cambio de actitud observada en algunos jugadores.

## **LA EVALUACIÓN:**

La etapa del proceso educativo que tiene como finalidad comprobar, de manera sistemática, en qué medida se han logrado los objetivos propuestos con antelación. Entendiendo a la educación como un proceso sistemático, destinado a lograr cambios duraderos y positivos en la conducta de los sujetos, integrados a la misma, en base a objetivos definidos en forma concreta, precisa, social e individualmente aceptable.

STENHOUSE (1984) **“La evaluación es El medio menos indicado para mostrar el poder del profesor ante el alumno y el medio menos apropiado para controlar las conductas de los alumnos” (pág.1)** Hacerlo es síntoma de debilidad y de cobardía, mostrándose fuerte con el débil, además de que pervierte y distorsiona el significado de la evaluación.

STOCKER, (1964) La evaluación deberá servir entonces.

**Para reorientar y planificar la práctica educativa. Conocer lo que ocurre en el aula a partir de los procesos pedagógicos empleados y su incidencia en el aprendizaje del alumno, reorientando cuantas veces fuere necesario los procesos durante su desarrollo, es una de las funciones más importantes de la evaluación(pág.1).**

### **Principios de la evaluación:**

- Ser una actividad sistemática, tal y como yo la he establecido.
- Estar integrada en dicho proceso.
- Tener en cuenta las diferencias individuales, con objeto de favorecer el desarrollo de los jugadores.
- Desarrollarse a partir de distintos instrumentos y de los adecuados.

### **Finalidad:**

- Diagnosticar o reconocer el nivel individual de los jugadores.

- Agrupar o clasificar. Podemos agrupar a los jugadores en diferentes niveles.
- Conocer y controlar el rendimiento y el aprendizaje individual del jugador.
- Motivar e incentivar al jugador.
- Valorar la eficacia del sistema de enseñanza.

#### **Tipos:**

- *Inicial o de diagnóstico: para conocer las capacidades de nuestros jugadores.*
- *Formativa: la evaluación continua surge al entender el entrenamiento como un proceso de perfeccionamiento continuo.*
- *Final: es la síntesis de los resultados de la formación progresiva.*

## **MÓDULO**

Un módulo de enseñanza es una propuesta organizada de los elementos o componentes instructivos para que el estudiante desarrolle unos aprendizajes específicos en torno a un determinado tema o tópico. Los elementos o componentes instructivos básicos que un módulo debe incluir son:

Un módulo está formado por secciones o unidades. Estas pueden organizarse de distintas formas. Los dos criterios básicos para estructurar un módulo en secciones o unidades son optar por una organización en torno a núcleos de contenido (por ejemplo, el presente módulo de fundamentos de fútbol está estructurado por periodos o fases como: el fútbol, fundamentos técnicos del fútbol, calentamiento aplicado a los niños, estrategias metodológicas, proceso de enseñanza-aprendizaje).

Los módulos de enseñanza son formas organizativas (como también lo son las lecciones, las unidades didácticas, o los diseños curriculares) de los distintos elementos del currículo: los objetivos, contenidos, metodología y evaluación.

Sin embargo, en el proceso real de enseñanza y aprendizaje los módulos deben ser operativizados y presentados al alumnado a través de materiales didácticos (también conocidos como “materiales curriculares”). El conocimiento implicado en cada módulo es enseñando y aprendido a través de los materiales didácticos.

Por ello, en la práctica real se tiende a confundir los módulos con los materiales, aunque a efectos teóricos sea necesario distinguirlos.

MOLINA, 2009 Como su propio nombre indica.

**Es un material didáctico que contiene todos los elementos que son necesarios para el aprendizaje de conceptos y destrezas al ritmo del estudiante y con o sin el elemento presencial continuo ritmo del estudiante y con o sin el elemento presencial continuo del profesor o maestro (pág.1)**

## **MÓDULO EDUCATIVO.-**

Un módulo educativo consiste en una recopilación o síntesis de distintas teorías y enfoques pedagógicos, que orientan a los docentes en la elaboración de los programas de estudios y en la sistematización del proceso de enseñanza y aprendizaje. En otras palabras, un módulo educativo es un patrón conceptual a través del cual se esquematizan las partes y los elementos de un programa de estudio

## **CAPITULO II**

### **2. Diseño de la Propuesta**

#### **2.1. Caracterización de la institución objeto de estudio**

##### **2.1.1. Antecedentes:**

Inicialmente la escuela funcionó con el nombre de “Juan León Mera” ocupando diferentes casas de la comunidad y con un grupo reducido de alumnos, en miras de una mejor educación y gracias a la gentil colaboración de la señora María Lasso Ascazo; propietaria de la hacienda San Juan, quien dona un lote de terreno para que se construya la escuela, una plaza y una capilla y así; inicia la labor de construcción.

Los principales gestores para la creación de la escuela fueron: los señores Carlos y Moisés Gutiérrez Núñez, Camilo Altamirano, Octavio Rodríguez Taipicaña y Arturo Hidalgo, quienes conjuntamente con el apoyo del señor Reinaldo Hidalgo Alcalde del Cantón Latacunga de ese entonces, logran construir lo que es hoy el primer tramo de la escuela; iniciándose así como Escuela Municipal N°6 y como maestro el señor profesor José Zambrano.

Con el pasar del tiempo y gracias al incremento del número de alumnos, fue designado el señor profesor Ramiro Muñoz como maestro director, quien gestiona para que la escuela pase a ser Fiscal “Félix Valencia”, en el año de 1973.

Transcurren los años y es nombrada profesora directora la Lic. Rosario Salazar Cuito, quien gestiona para la compra de un pedazo de terreno al señor Alberto Pérez y Diosa Camelo, en donde se construye cinco aulas prefabricadas, un patio y canchas de indor fútbol; esto, lo que es hoy el segundo tramo del plantel educativo.

El Jardín de Infantes adscrito a la escuela, fue creado el 18 de octubre de 1989 con una maestra particular pagada por la señorita reina de la parroquia de ese entonces, posteriormente en mayo de 1990 se fiscaliza con el nombre de “Galo Guerrero Vinuesa”.

#### **Situación Actual del Plantel Educativo:**

La escuela Fiscal Mixta “Félix Valencia” se encuentra ubicada en el Barrio Centro, Parroquia José Guango Bajo, Cantón Latacunga en la calle Isabel Itsma y avenida de los Incas frente al parque central.

Desde el año lectivo 2009 – 2010 el plantel educativo cuenta con el octavo año de educación básica y la designación de 4 profesores con nombramiento fiscal para laborar en este ciclo de estudios. La escuela cuenta con 21 niños y niñas en el primer año y 151 estudiantes de segundo al octavo año de educación básica, con un total de 172 escolares, más 12 profesores con nombramiento Fiscal, 2 profesores a contrato y una persona como auxiliar de servicio.

En la actualidad y mediante Decreto Ejecutivo 708 del cinco noviembre del 2007; y primer inciso del Artículo 1 del Acuerdo Ministerial N° 0059 – 09 del 13 de febrero del 2009, se encarga la Dirección del Plantel Educativo a la Lic. Digna Margot Tapia Viteri reemplazando las funciones administrativas del Lic. Marcelo Arias Córdova, el 19 de febrero del 2010 hasta el 7 de febrero de 2011. Actualmente a partir del 8 de febrero del 2011 se encarga la Dirección del Centro Educativo a la Lic. Lourdes Guanoluisa.

## 2.2. Análisis e interpretación de resultados.

### 2.2.1. Encuestas aplicadas al rector y docentes de la Institución.

1) Conoce Usted que es el fútbol?

#### CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.

Tabla N° 1

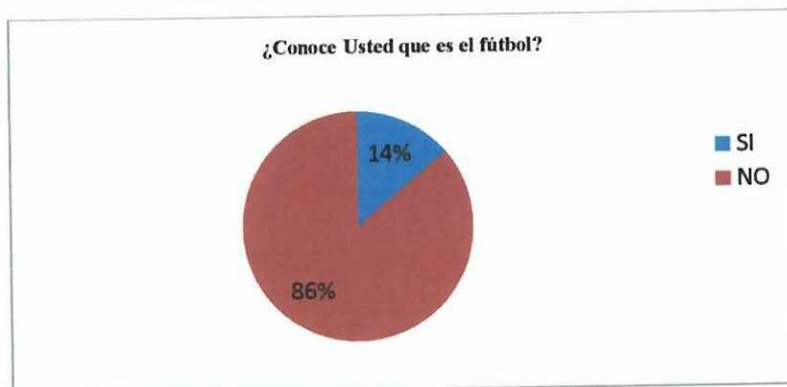
Ítems	CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL		
	Variables	f	%
1	Si	6	86
	No	1	14
Total		7	100%

Fuente : "Felix Valencia"

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

#### CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.

Gráfico N°1



Fuente : "Felix Valencia"

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### *Análisis e Interpretación.*

De toda la población investigada el 86% de docentes encuestados dicen que si conocen que es el fútbol mientras que el 14% dice que no tiene un conocimiento sobre el mismo por lo cual se deduce que el fútbol es el deporte de mayor aceptación.

## 2) ¿Sabe Usted que es el calentamiento específico para el Fútbol?

### CALENTAMIENTO ESPECÍFICO PARA FÚTBOL

Tabla N° 2

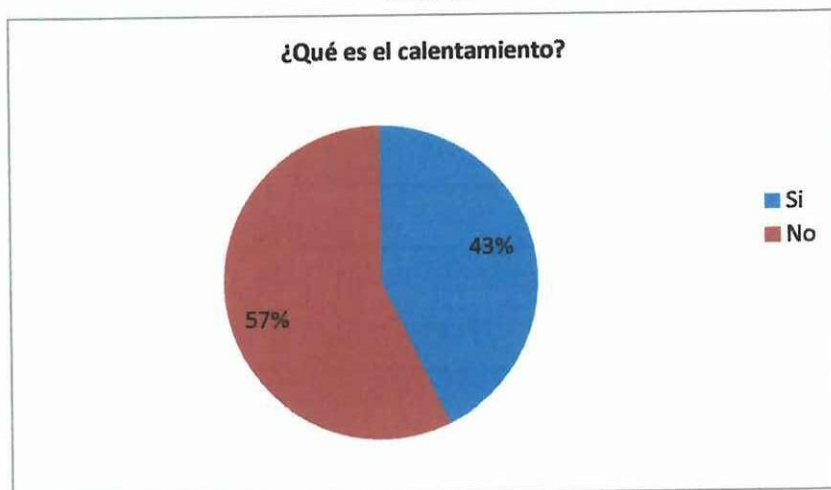
Ítems	CALENTAMIENTO ESPECÍFICO PARA FÚTBOL		
	Variables	F	%
2	Si	3	43
	No	4	86
Total		7	100%

Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### CALENTAMIENTO ESPECÍFICO PARA FÚTBOL

Gráfico N°2



Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### ***Análisis e Interpretación***

De toda la población investigada el 43% de docentes encuestados contestan que si conocen que es el calentamiento específico del fútbol mientras que el 57% dice que no, por lo que, se considera necesaria la investigación sobre los beneficios para el deportista de un adecuado calentamiento.

3) ¿Conoce Usted cuales son los fundamentos sin balón para el fútbol?

FUNDAMENTOS SIN BALÓN.

Tabla N° 3

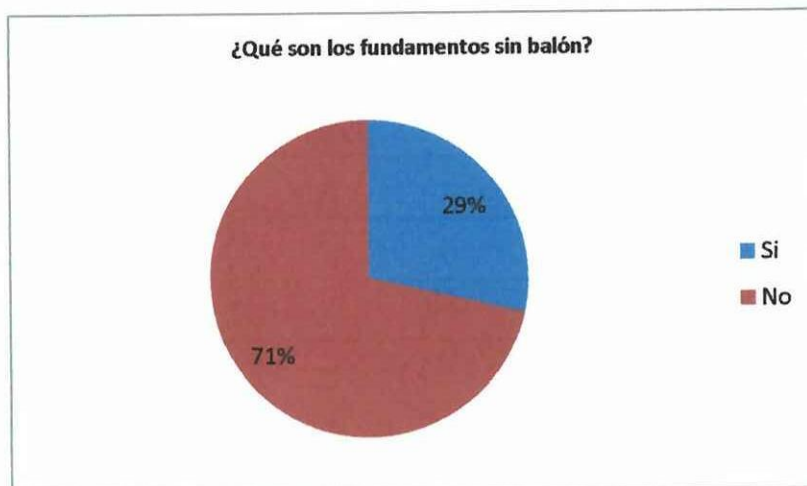
Ítems	FUNDAMENTOS SIN BALÓN		
	Variables	f	%
3	Si	2	29
	No	5	71
Total		7	100%

Fuente : "Felix Valencia"

Investigadores : Cristian Guilcatona, Rene Rogel

FUNDAMENTOS SIN BALÓN.

Gráfico N°3



Fuente : "Felix Valencia"

Investigadores : Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

De todos los encuestados el 71% de docentes respondieron que no conocen que son los fundamentos del fútbol mientras que el 29% restante contesta que si por lo cual se deduce que es importante una investigación más profunda y desarrollada, individual y colectivamente de los fundamentos técnicos sin balón en el fútbol.

4) ¿Conoce Usted cuales son los fundamentos con balón para el fútbol?

FUNDAMENTOS CON BALÓN.

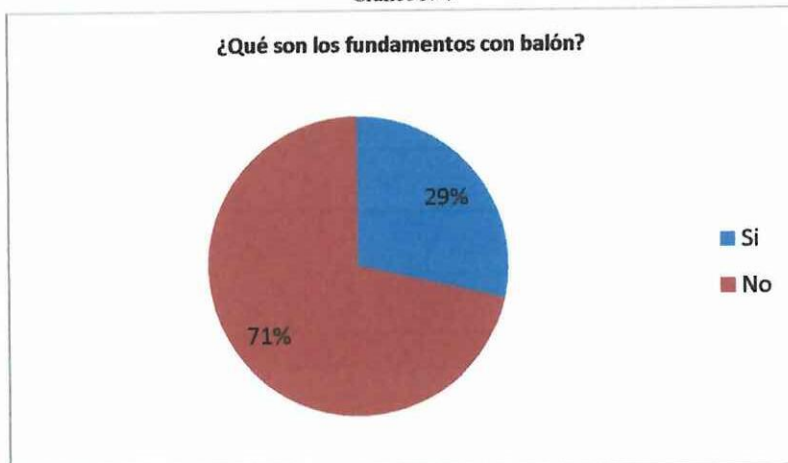
Tabla N° 4.

Ítems	FUNDAMENTOS CON BALÓN		
	Variables	f	%
4	Si	2	29
	No	5	71
Total		7	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

FUNDAMENTOS CON BALÓN.

Gráfico N°4



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

Del total de la población investigada el 71% de docentes encuestados afirman que no conocen que son los fundamentos del fútbol con balón y por otro lado el 29% restante tienen conocimiento sobre el tema por tal razón es imprescindible la realización de esta investigación que va a llegar a mejorar y revalorizar los fundamentos técnicos con balón del fútbol.

#### 4) ¿Sabe Usted cuales son las superficies de contacto con el balón?

SUPERFICIES DE CONTACTO.

Tabla N° 5

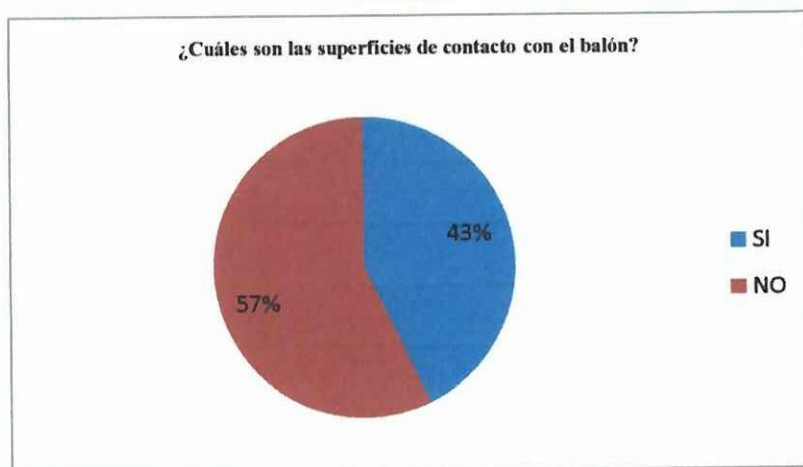
Ítems	SUPERFICIES DE CONTACTO.		
	Variables	F	%
5	Si	3	43
	No	4	57
Total		7	100%

Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

SUPERFICIES DE CONTACTO.

Gráfico N°5



Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

#### ***Análisis e Interpretación***

En esta pregunta el 57% de encuestados señalan que no conocen sobre las superficies de contacto con el balón mientras que el 43% restante si conocen por lo tanto se considera acertada la realización de esta investigación que llegara a mejorar el trabajo en cuanto a lo que son las superficies de contacto con el balón.

6) ¿Considera usted apropiado la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol a los niños?

OPINIÓN SOBRE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

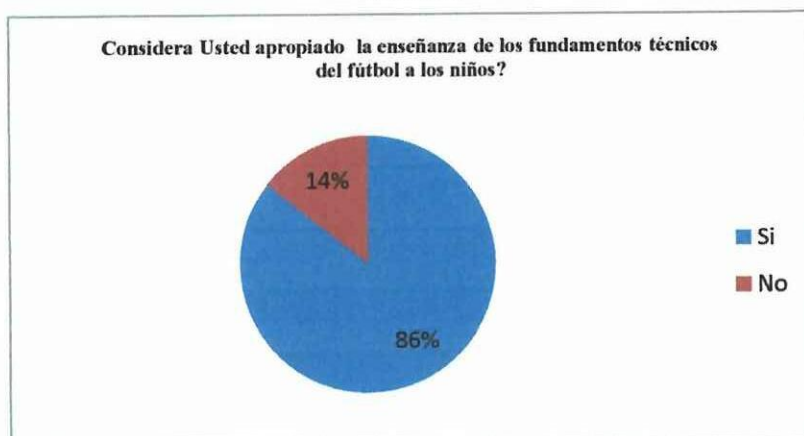
Tabla N° 6.

Ítems	OPINIÓN SOBRE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.		
	Variables	F	%
6	Si	6	86
	No	1	14
Total		7	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

OPINIÓN SOBRE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL FUTBOL.

Gráfico N°6



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### ***Análisis e Interpretación***

De todos los encuestados el 86% de docentes coinciden en que es apropiada la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños mientras que el 14% restante no opina igual lo que determina, necesaria la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños.

7) ¿Estaría Usted de acuerdo con apoyar el proceso de investigación sobre el módulo?

APOYO A LA INVESTIGACIÓN.

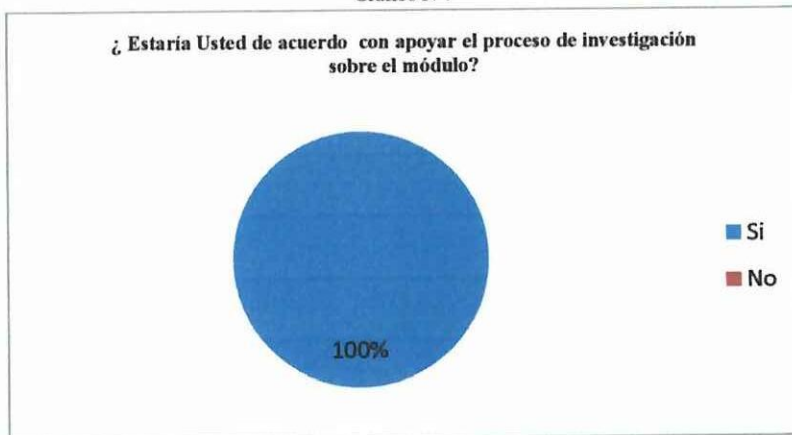
Tabla N° 7.

Ítems	APOYO A LA INVESTIGACIÓN.		
	Variables	F	%
7	Si	7	100
	No	0	0
Total		7	100%

Fuente : "Felix Valencia"  
 Investigadores : Cristian Guilcatona, Rene Rogel

APOYO A LA INVESTIGACIÓN.

Gráfico N°7



Fuente : "Felix Valencia"  
 Investigadores : Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

De toda la población investigada el 100% de docentes coinciden en los beneficios que produciría este proyecto es por ello que todos han manifestado estar de acuerdo con apoyar el proceso de investigación sobre el módulo de los fundamentos técnicos del fútbol el mismo que ayudara a los niños de su centro educativo.

8) ¿Estaría usted de acuerdo con que se elabore un módulo para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos del Fútbol?

ELABORACIÓN DEL MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

Tabla N° 8.

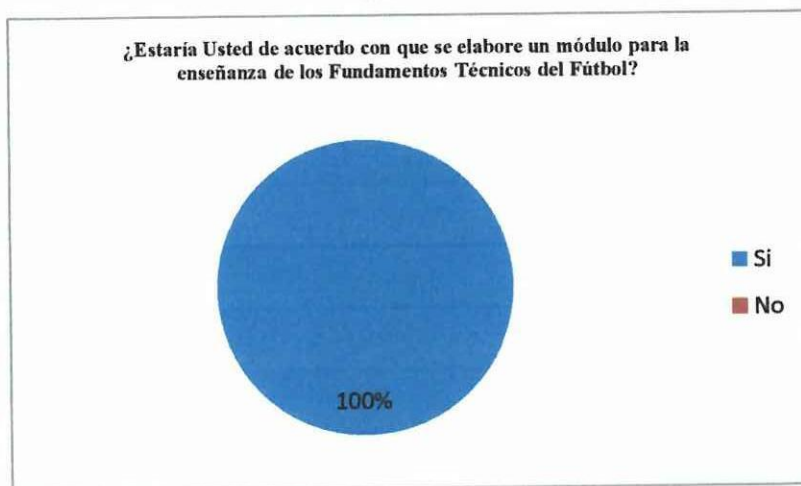
Ítems	ELABORACIÓN DEL MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.		
	Variables	f	%
8	Si	7	100
	No	0	0
Total		7	100%

Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

ELABORACIÓN DEL MÓDULO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

Gráfico N°8



Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### ***Análisis e Interpretación***

De todos los encuestados el 100% de docentes contestan que si están de acuerdo con la elaboración de un módulo para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol.

## 2.4. ENCUESTAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES.

1.-¿Conoce usted que es el fútbol?.

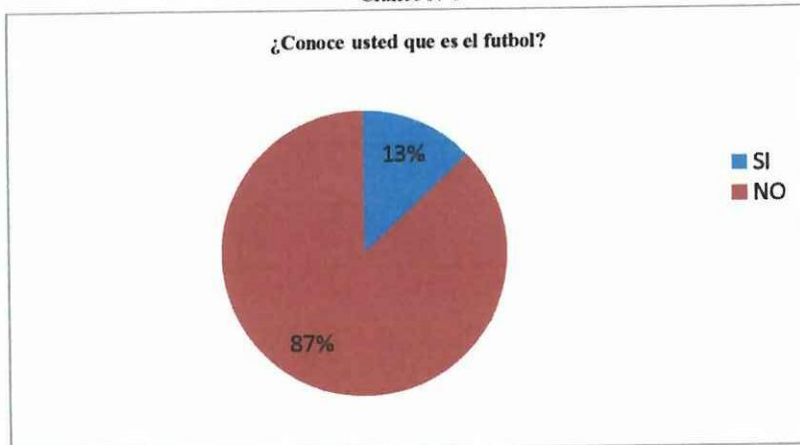
### CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.

Tabla N° 9

Ítems	CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL.		
	Variables	F	%
1	Si	35	87
	No	5	13
Total		40	100%

Fuente : "Felix Valencia"  
Investigadores : Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### CONOCIMIENTO DEL FÚTBOL. Gráfico N° 9



Fuente : "Felix Valencia"  
Investigadores : Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### Análisis e Interpretación

Del 100% de la población investigada el 87% de estudiantes encuestados dicen conocer que es el fútbol mientras que el 13% responden que no por lo cual se deduce que el fútbol es el deporte más difundido lo que hace imperante la utilización de la investigación que se desarrolla.

## 2.- ¿Conoce usted los fundamentos técnicos del fútbol?

### CONOCIMIENTO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

Tabla N° 10.

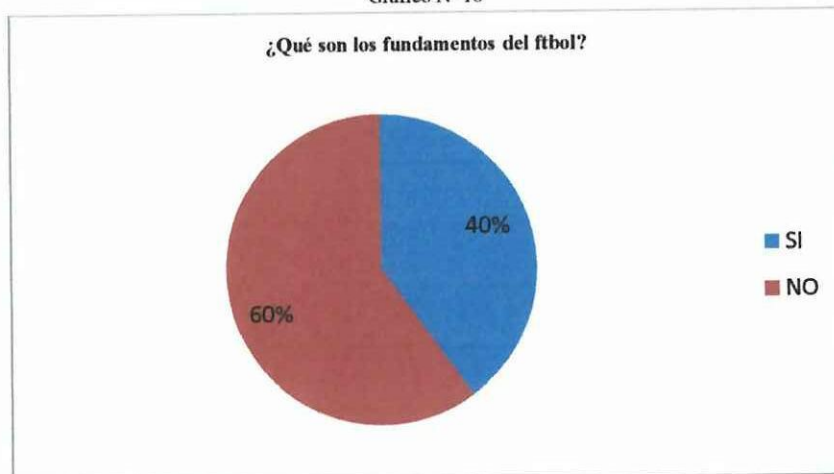
Ítems	CONOCIMIENTO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.		
	Variables	F	%
2	Si	16	40
	No	24	60
Total		40	100%

Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### CONOCIMIENTO DE FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

Gráfico N° 10



Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### Análisis e Interpretación

De toda la población investigada el 40% de estudiantes encuestados responden que no conocen que son los fundamentos del fútbol mientras que el 60% restante si conoce lo que determina es adecuado la realización de esta investigación.

### 3.-¿Le gustaría a Usted aprender los fundamentos técnicos sin balón del fútbol?

#### APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS

Tabla N° 11

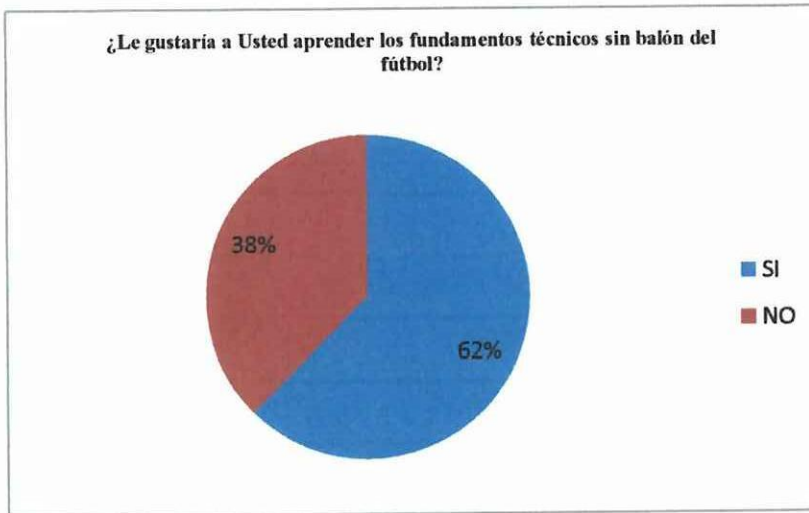
Ítems	APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS		
	Variables	F	%
3	Si	25	62
	No	15	38
Total		40	100%

Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

#### APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS.

Gráfico N° 11



Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### Análisis e Interpretación

De todos los encuestados el 62% de estudiantes están de acuerdo en que si les gustaría aprender los fundamentos del fútbol mientras que el 38% restante dice que no por lo tanto es necesaria la realización de esta investigación que va a llegar a mejorar y revalorizar los fundamentos técnicos sin balón del fútbol.

4.-¿Estaría de acuerdo usted en aprender los fundamentos técnicos con balón del fútbol?

APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS CON BALÓN.

Tabla N° 12.

Ítems	APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS CON BALÓN.		
	Variables	f	%
4	Si	35	87
	No	5	13
Total		40	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

APRENDIZAJE DE FUNDAMENTOS CON BALÓN.

Gráfico N°12



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

Según los datos obtenidos el 87% de estudiantes encuestados coinciden que si les gustaría aprender los fundamentos técnicos con balón del fútbol mientras que el 13% restante contesto que no ante estos resultados se considera apropiada la realización de esta investigación.

5.- ¿Considera Usted importante el utilizar los espacios de tiempo libre a la práctica deportiva del fútbol?

IMPORTANCIA DE LA PRÁCTICA DE FÚTBOL.

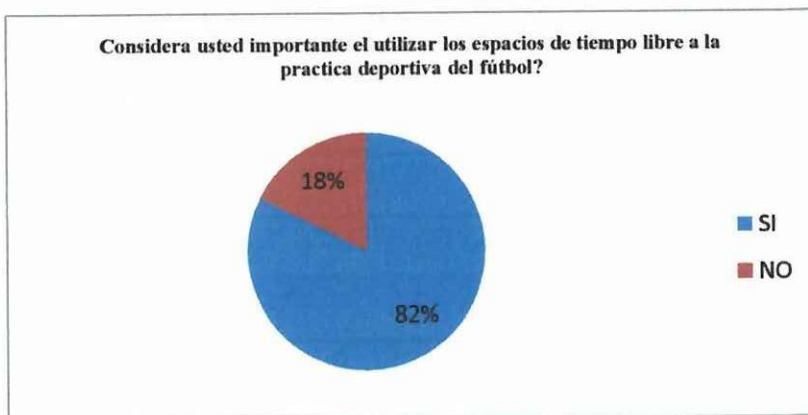
Tabla N° 13.

Ítems	IMPORTANCIA DE LA PRÁCTICA DE FÚTBOL.		
	Variables	F	%
5	Si	33	82
	No	7	18
Total		40	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

IMPORTANCIA DE LA PRÁCTICA DE FÚTBOL.

Gráfico N° 13



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

De toda la población investigada el 82% de estudiantes encuestados opinan que es importante utilizar los espacios libres para la práctica deportiva del fútbol mientras que el 18% restante contestan que no por lo tanto se considera acertada la realización de esta investigación para el uso de dichos espacios.

6.-¿Le gustaría a Usted que se implemente en la Institución un módulo para la práctica continua y sistemática del fútbol?

MÓDULO DE FÚTBOL.

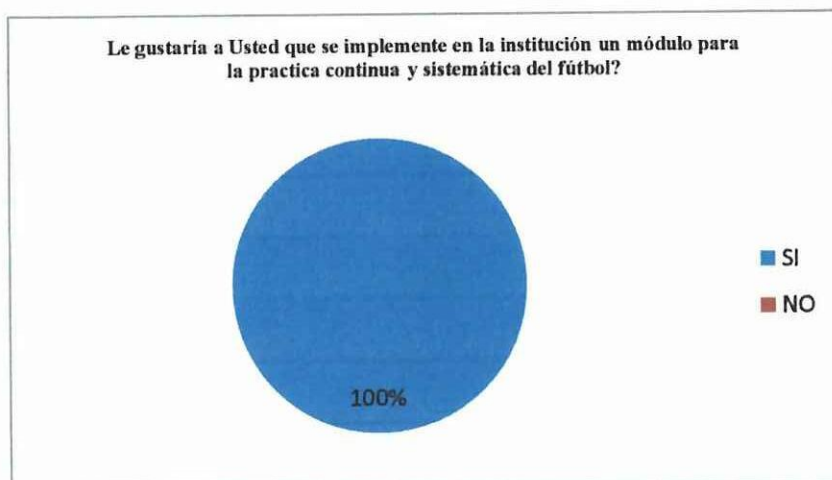
Tabla N° 14.

Ítems	MÓDULO DE FÚTBOL.		
	Variables	f	%
6	Si	40	40
	No	0	0
Total		40	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

MÓDULO DE FÚTBOL.

Grafico N°14



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

Del 100% de estudiantes encuestados todos coinciden que si les gustaría que se implemente en la institución un módulo para la práctica continua y sistemática del fútbol.

## 2.5. ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA

### 1.- ¿Conoce Usted que es el Fútbol?

EL FÚTBOL.

Tabla N° 15.

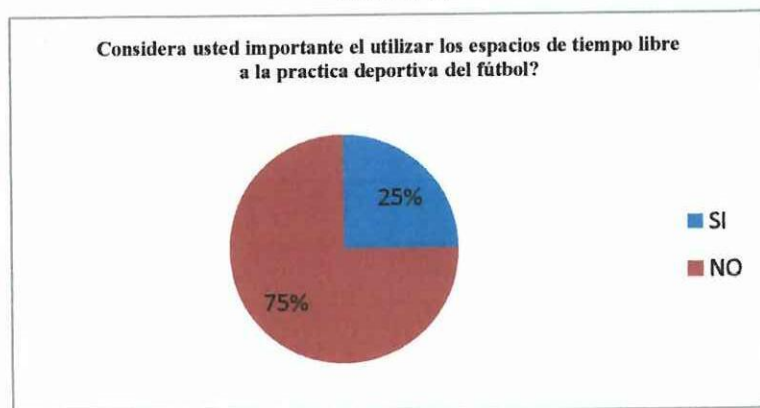
Ítems	EL FÚTBOL		
	Variabes	F	%
1	Si	5	25
	No	15	75
Total		20	100%

Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

EL FÚTBOL.

Gráfico N°15



Fuente :“Felix Valencia”

Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### Análisis e Interpretación

De toda la población investigada el 25% de padres de familia encuestados dicen que si conocen que es el fútbol mientras que el 75% dice que no por lo cual se deduce que la utilización de la investigación que se desarrolla servirá para incentivar la masificación de este deporte y la práctica del mismo.

2-¿Le gustaría a Usted que su hijo aprenda los Fundamentos Técnicos del Fútbol?

FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

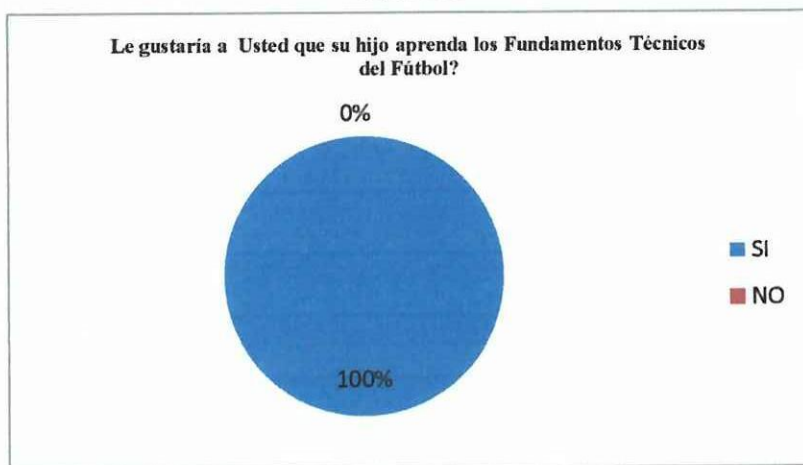
Tabla N° 16.

Ítems	FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.		
	Variables	F	%
2	Si	20	100
	No	0	0
Total		20	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

Gráfico N°16



Fuente :“Felix Valencia”  
Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

### Análisis e Interpretación

Del 100% de padres de familia encuestados coinciden en que si les gustaría que sus hijos aprendan los fundamentos del fútbol por lo tanto es imperante la realización de esta investigación que va a llegar a mejorar y revalorizar los fundamentos técnicos del fútbol.

3.- Cree Usted que a su hijo le gustaría aprender los Fundamentos Técnicos Del Fútbol?

APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

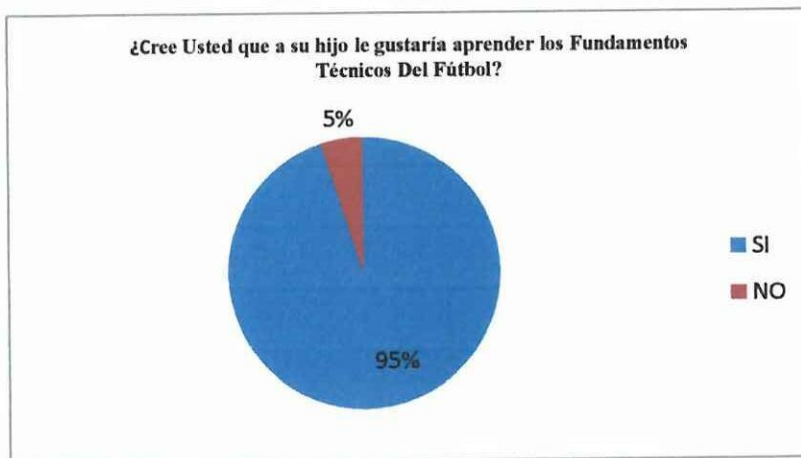
Tabla N° 17.

Ítems	APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.		
	Variables	f	%
3	Si	19	95
	No	1	5
Total		20	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL.

Gráfico N°17



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

Del total de la población investigada el 95% de padres de familia encuestados respondieron con que si les gustaría que sus hijos aprendan los fundamentos del fútbol mientras que el 5% restante no, por lo tanto se considera apropiada la realización de esta investigación.

4.- Considera Usted como una buena iniciativa el enseñar los Fundamentos Técnicos del Fútbol desde edades tempranas?

ENSEÑANZA DEL FÚTBOL A TEMPRANA EDAD.

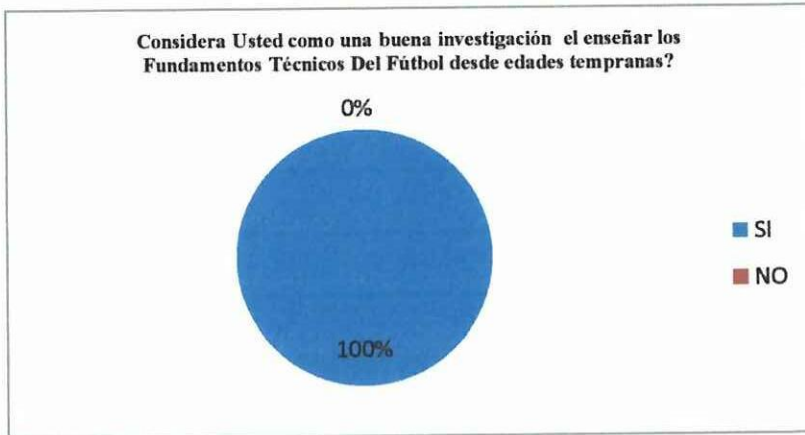
Tabla N° 18.

Ítems	ENSEÑANZA DEL FÚTBOL A TEMPRANA EDAD.		
	Variables	f	%
4	Si	20	100
	No	0	0
Total		20	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

ENSEÑANZA DEL FÚTBOL A TEMPRANA EDAD.

Grafico N°18



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

De toda la población investigada el 100% de padres de familia encuestados dicen que si es una buena investigación el enseñar los fundamentos técnicos del fútbol desde edades tempranas por lo tanto es importante la realización de esta investigación que va a llegar a mejorar y revalorizar los fundamentos técnicos con balón del fútbol.

5.- ¿Está Usted dispuesto a participar activamente en el desarrollo y aplicación de un módulo de los Fundamentos Técnicos del Fútbol?

MÓDULO DE FUNDAMENTOS DE FÚTBOL.

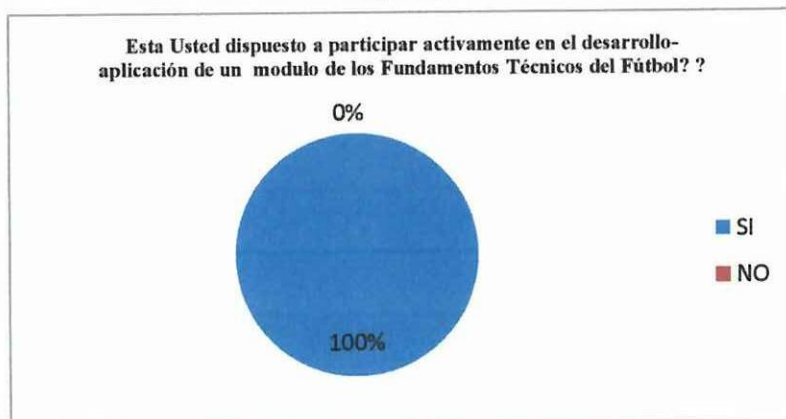
Tabla N° 19.

Ítems	MÓDULO DE FUNDAMENTOS DE FÚTBOL		
	Variables	f	%
5	Si	20	100
	No	0	0
Total		20	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

MÓDULO DE FUNDAMENTOS DE FUTBOL.

Gráfico N°19



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

De toda la población investigada el 100% de padres de familia encuestados dicen que si está dispuesto a participar activamente en el desarrollo-aplicación del módulo de los fundamentos.

6.-¿Está Usted de acuerdo con que se desarrolle esta investigación en la institución?

INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN.

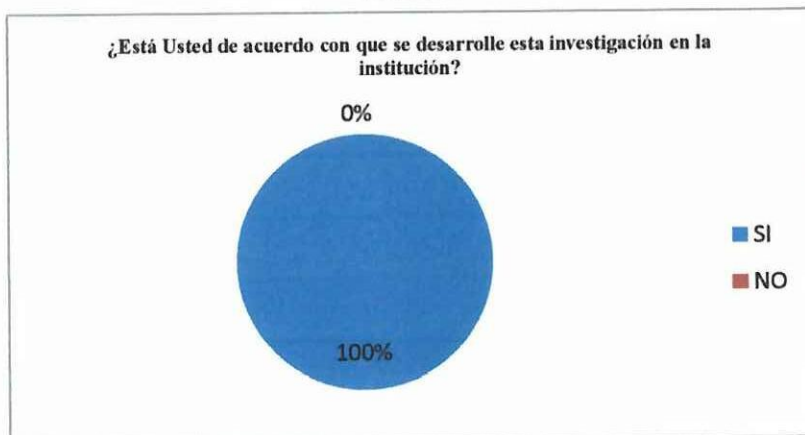
Tabla N° 20.

Ítems	INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN.		
	Variables	F	%
6	Si	20	100
	No	0	0
Total		20	100%

Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN.

Gráfico N°20



Fuente :“Felix Valencia”  
 Investigadores :Cristian Guilcatona, Rene Rogel

**Análisis e Interpretación**

De toda la población investigada el 100% de padres de familia encuestados dicen que si están de acuerdo con el desarrollo de esta investigación en la institución por lo tanto es importante la realización de esta investigación.

## 2.6. Conclusiones

Luego de realizadas las encuestas podemos concluir que:

- La institución carece de un módulo de los fundamentos técnicos del fútbol para la enseñanza aprendizaje.
- Existe desconocimiento del calentamiento específico aplicado al fútbol.
- Hay un desconocimiento de los fundamentos técnicos del fútbol con y sin balón.
- Desconocen las formas de contacto que se aplican en la enseñanza de los fundamentos.
- Los niños están muy gustosos en aprender cada uno de los fundamentos técnicos del fútbol.
- La importancia de utilizar los espacios de tiempo libre para la práctica deportiva.
- La institución no cuenta con un módulo para la práctica y sistematización del fútbol.

## 2.7. Recomendaciones

- Elaborar un módulo de enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol para que sea aplicado de forma permanente.
- Que el calentamiento sea adecuado y de acuerdo a las necesidades del niño.
- Orientar permanentemente los fundamentos técnicos del fútbol con y sin balón.
- Aplicar los fundamentos técnicos del fútbol para mejorar el manejo de las diversas superficies de contacto.
- Los profesionales deben orientar de manera metodológica los fundamentos técnicos a los niños.
- Aprovechar el tiempo libre de los niños orientado a la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol.
- Utilizar la investigación planteada para mejorar la práctica y la sistematización del fútbol a los niños.

## **CAPÍTULO III**

### **3. DISEÑO DE LA PROPUESTA**

“MÓDULO DE FÚTBOL PARA LA ENSEÑANZA- APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS NIÑOS DE 3RO A 6TO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FÉLIX VALENCIA DE LA PARROQUIA JOSÉ GUANGO BAJO DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO 2011, 2012”

#### **3.1 DATOS INFORMATIVOS.**

Institución: Escuela Fiscal Mixta “Félix Valencia”

Provincia: Cotopaxi.

Cantón: Latacunga.

Parroquia: José Guango Bajo.

Dirección: Barrio centro calle Isabel Itsma y avenida los incas frente a el parque.

Director: Lic. Edgar Quimbita.

Docentes: 17

Estudiantes: 89 estudiantes

Teléfono: (2) 710-243

Investigadores: Guilcatoma Velasco Cristian Gustavo, Edgar René Rogel Rodríguez.

### **3.2. PRESENTACIÓN.**

Con la aplicación de este módulo, permitirá que los profesores de Cultura Física que trabajan en la Escuela Fiscal Mixta “Félix Valencia”, conozcan los diferentes fundamentos Técnicos para que sean aplicados con sus niños en cada una de sus clases.

Los fundamentos deben ser desarrollados de manera metodológica y progresiva, con la finalidad de alcanzar aprendizajes significativos en el campo de la Cultura Física.

La propuesta presentada en este trabajo investigativo está estructurada de manera que los profesores puedan conocer y aplicar los métodos de entrenamiento utilizando íntegramente la coordinación en sus planificaciones de trabajo, cuyo objetivo será el alcanzar el máximo nivel de desarrollo de sus capacidades y así conjuntamente iniciar un proceso en el trabajo con la técnica individual, guiándole como debe tocar el balón, con qué parte del pie, que posición ponerse para golpearlo, qué precauciones tomar si se le acerca un rival, qué circunstancias a de tener en cuenta, como debe ser de rápido al ejecutar y así un sinnúmero de aplicaciones técnicas, que sabiendo enseñarle adecuadamente lograremos los resultados deseados, que será formar jugadores de fútbol con condiciones técnicas excelentes.

Esta propuesta debe ser evaluada por el profesor para verificar si se cumplen o no los objetivos que se plantean en la misma.

### 3.3. JUSTIFICACIÓN.

El módulo de la presente investigación consta de una recopilación de los Fundamentos Técnicos del fútbol para niños y niñas mejorando sus habilidades, destrezas en este deporte determina la aplicación de estrategias didácticas, técnicas, procedimientos variados, creativos y actualizados para lograr un aprendizaje significativo de manera que los niños/as se motiven en los procesos de Enseñanza y Aprendizaje de los fundamentos técnicos y prácticos del Fútbol.

Los fundamentos del fútbol que se describe en esta módulo son de suma importancia y fácil de practicar con cada uno de los materiales que se utiliza en estos fundamentos ya sean grupales o individuales.

Este módulo de fundamentos del Fútbol es de gran interés para los maestros (as), por lo que se considera un material importante, novedoso que invita a indagar y ser un aporte para la Institución. La idea de realizar este módulo está orientada a mejorar la calidad de enseñanza aprendizaje a través de la utilización de estrategias metodológicas sobre la enseñanza de los fundamentos técnicos del futbol, mediante procedimientos técnicas que ayuda a estimular el aprendizaje en aspectos como su motricidad, por lo que se considera que este material didáctico servirá para que los maestros lo apliquen en su trabajo diario.

Este módulo guía a más de mejorar la motivación en los procesos de Enseñanza y aprendizaje de los fundamentos forma a niños/as seguros, independientes y aptos para desenvolverse con mejores conocimientos deportivos y poner en práctica cada uno de sus habilidades en su vida diaria.

### **3.4 OBJETIVOS.**

#### **3.4.1. General:**

- Aplicar eficientemente el módulo de fútbol mediante la utilización de los fundamentos técnicos para alcanzar el aprendizaje significativo en los niños.

#### **3.4.2. Específicos:**

- ❖ Manejar el módulo de fundamentos de manera adecuada siguiendo sus pasos y secuencias para el proceso de enseñanza aprendizaje.
- ❖ Evaluar el avance propuesto de la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol, para conocer el avance de los procesos de enseñanza.
- ❖ Aplicar el módulo de fútbol basándose en estrategias actuales e innovadoras, para mejorar el rendimiento de los niños.
- ❖ Motivar a los niños haciendo la práctica adecuada del fútbol, para mejorar sus habilidades físicas.

### **3.5. INTRODUCCIÓN.**

La presente investigación parte de una problemática que ha venido trascendiendo no solamente en este deporte sino en la mayoría de los deportes en la provincia, es así que hemos tomado en cuenta la elaboración de un módulo de los fundamentos técnicos del fútbol, en donde el profesor es el eje central de la clase, siendo esta nuestra preocupación, en este trabajo de investigación demostraremos la importancia de aplicar de forma adecuada los diferentes fundamentos del fútbol y como estos contribuirán a un mejoramiento en el nivel de los estudiantes basados en las encuestas aplicadas a estudiantes padres de familia y docentes de la institución. En la segunda parte sustentamos con un marco teórico en donde se habla en un primer capítulo temas relacionados con el fútbol y la metodología de enseñanza, que es muy importante en el desempeño y control de lo que se quiere lograr, donde también abordamos todo lo referente a los fundamentos técnicos que el niño va a trabajar , además elementos importantes que debe conocer el profesor , también relacionamos aspectos fundamentales a tener en cuenta en la faja que estudiamos a fin de no cometer errores en la enseñanza. Proponemos como hipótesis de trabajo el demostrar que aplicando correctamente los fundamentos técnicos del fútbol se logran adelantos significativos en la enseñanza técnica del fútbol. Y después de haber observado los resultados de la aplicación de este módulo, Se propone que este trabajo no solo debe ser aplicado en esta institución y categorías mencionadas y extenderlo a otros sectores.

### 3.6 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA



#### 3.6.1. CALENTAMIENTO

Cuando los músculos están fríos, se sienten gruesos, tiesos y duros al movimiento, pero cuando se calientan, se sienten flexibles y delgados, fáciles de mover. Para trabajar bien, el cuerpo de los participantes necesitan calentamiento antes del entrenamiento o competencia y enfriamiento después de entrenar o de competir.

#### 3.6.2. CALENTAMIENTO ACTIVO GENERAL.



Consisten en ejercicios generales que van destinados a poner en marcha todos los sistemas funcionales del organismo. Normalmente son ejercicios de locomoción, de impulsión, de fuerza, de movilidad articular y de elasticidad realizadas a una intensidad baja. Se realiza antes del específico.

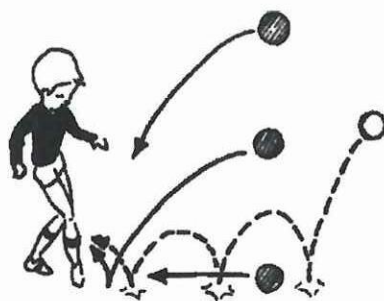
### 3.6.3 CALENTAMIENTO ACTIVO ESPECÍFICO.



Consisten en ejercicios que van a actuar sobre la musculatura concreta que se va a utilizar en la actividad deportiva. Son movimientos parecidos al gesto deportivo real desarrollados a una intensidad inferior. En los deportes en los que se utilice material (balones, raquetas, conos, banderolas, platos etc.) es el momento de realizar las acciones técnicas que se van a desarrollar con posterioridad.

### 3.6.2 1 EL CONTROL

Definimos el control como aquella acción que nos permite hacernos con la pelota, dejándola en buenas condiciones para continuar el juego inmediatamente y realizar las acciones posteriores que pretendamos llevar a cabo.



Dentro del control podemos encontrar dos tipos de controles Clásicos y Orientados:

#### 1. Clásicos.

Dentro de este grupo encontramos:

A) Parada: Consiste en inmovilizar completamente la pelota. El jugador se encuentra parado y utilizan la planta del pie para realizarlo.

B) Semi-Parada: Consiste en hacerse con la pelota sin inmovilizarla completamente y dándole una pequeña orientación a la salida de la pelota (“es el control típico que se realiza con el interior del pie al controlar con un ligero toque al balón”).

C) Amortiguamiento: Consiste en reducir la velocidad que trae la pelota, para ello se relaja la parte del cuerpo con la que vamos a realizar el control y se retrasa un poco dicha superficie en el momento de contacto con el balón.

## **2. Controles Orientados**

Consiste en controlar la pelota en un solo toque y dejarla en la mejor disposición posible para ser jugado inmediatamente y realizar la siguiente acción.

Para realizar el control y que se ejecución sea apropiada, debemos tener presente:

- ❖ Hay que ir a buscar la pelota en lugar de esperar a que llegue donde estamos situados.
- ❖ Relajar la parte del cuerpo con la que vamos a controlar en el momento del contacto.
- ❖ Orientarse antes de realizar el control para que podamos seguir con el juego.

Es muy importante la forma de ejecución del control y la superficie (parte del cuerpo) que utilizamos:

A) Planta del pie : Se utiliza para recibir balones que van directamente al jugador. Se levanta un poco el pie con el que controlaremos la pelota y

pisamos el balón con la planta en la parte superior de la pelota, con el pie un poco inclinado con la punta mirando hacia arriba.

B) Interior del pie: Detenemos el balón con la parte más ancha del pie, la que nos ofrece mayor seguridad. El pie debe ir al encuentro del balón, lo relajamos en el momento que llegue la pelota y retrocediendo un poco el pie al tocar el balón.

C) Empeine: Para coger el balón con el empeine debemos llevar el tobillo relajado y cuando llega el balón echamos hacia atrás un poco el pie, con lo que el balón al tocar el pie volverá hacia el suelo.

D) Exterior del pie: Se ejecuta quitándole velocidad al balón con la retirada del pie a la llegada de la pelota.

E) Muslo: Lo utilizamos en balones que vienen por debajo del pecho. Al llegar la pelota chocamos el muslo en ángulo recto con la trayectoria del balón (“debajo del balón”).

F) Pecho: Debemos poner el cuerpo en línea con el balón, los pies bien apoyados en el suelo y justo llegar el balón se saca un poco el pecho en dirección a él, para posteriormente relajarlo y retrocederlo según cita el Amortiguamiento.

G) Cabeza: Situados en línea con el balón, se utilizará la frente para controlarlo con el relajamiento y retroceso de esa parte de la cabeza igual que en las formas de control para balones aéreos.

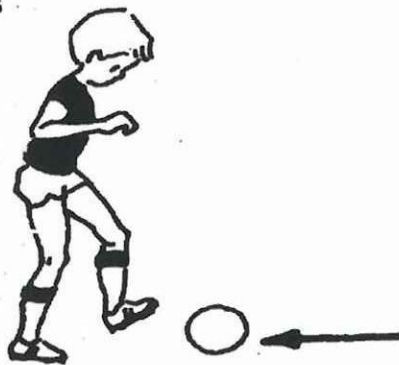
**NOTA:** Cada profesor trabajará un tipo de control y unas superficies de contacto determinadas en función de la etapa a la que este profesor tal como indica la secuenciación de los contenidos que se puede encontrar en la planificación del club. Cada profesor marcará según el trabajo, dentro de cada ejercicio que tipo de control trabajaremos, que superficie de contacto se utilizará y explicará cómo se llevará a cabo dicho control.



### 3.6.2.2 EJERCICIOS PARA EL DOMINIO DE LAS SUPERFICIES DE CONTACTO

Este tipo de ejercicios se utiliza para que los jugadores aprendan como se realiza el gesto, como han de colocar el pie y para que el profesor pueda corregir y explicar cómo se hace el control. Importante que el profesor compruebe que los jugadores realizan correctamente el gesto técnico y que no controlen de cualquier forma porque en ese caso no sirve de nada el trabajo.

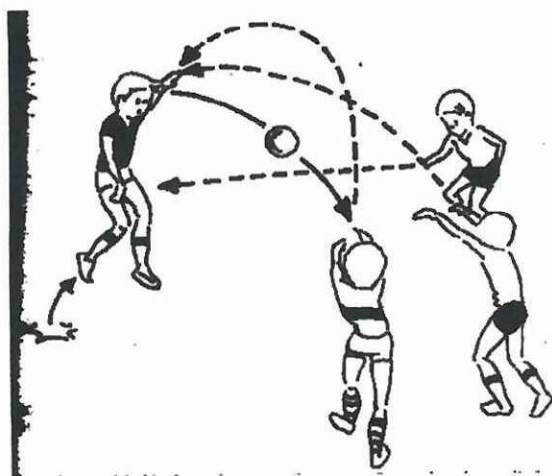
Los jugadores se colocan por parejas, uno delante del otro, a 5 metros de distancia con un balón por pareja. El jugador A envía rasa la pelota a su compañero B, quien controlará la pelota según le hayamos propuesto. El jugador realiza la misma acción hacia su compañero.



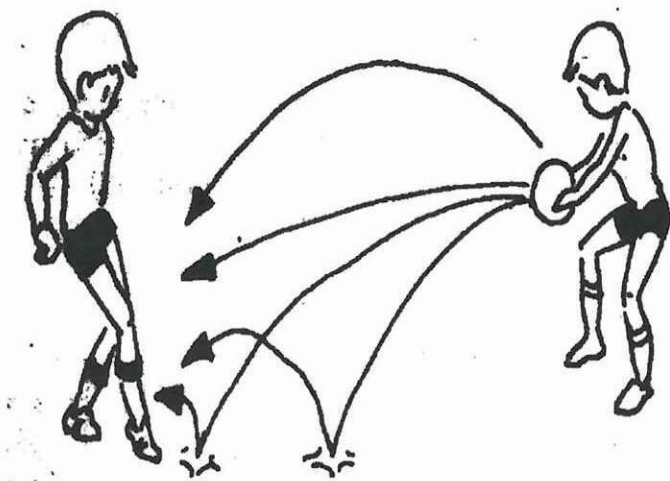
Siguiendo el mismo esquema de ejercicio anterior, el jugador A envía la pelota hacia su compañero B con las manos, para que éste controle utilizando la planta del pie justo en el momento que el balón toque el suelo.



Individualmente, cada jugador con un balón, se lanza el balón hacia delante para controlar con el pecho, con el muslo, con la cabeza,... después de un bote. Después de conducir unos metros por el espacio se repite la misma acción. (los jugadores se reparten por el espacio de juego)



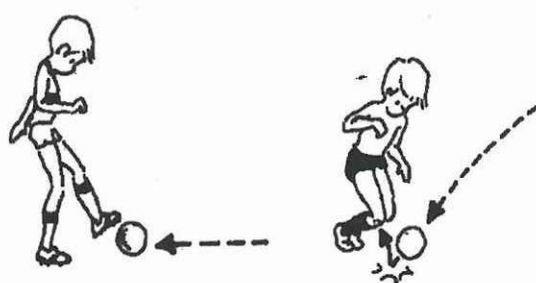
Por parejas siguiendo la situación del ejercicio 1. el jugador A envía el balón a su compañero con las manos, haciendo que bote en el suelo y B controla con el pecho, con el muslo, con la cabeza, con el pie elevado, ... y le devuelve el balón a su compañero. Después de 5 intentos cambiamos de ejecutante.



Los jugadores individualmente con un balón, lo lanzan hacia atrás y rápidamente se giran y van a buscarlo para controlarlo y repetir el ejercicio. (Los jugadores se reparten por el terreno de juego)

### 3.6.2.3 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LOS CONTROLES

Los jugadores colocados por parejas con un balón, realizan un pase hacia su compañero quien en lugar de esperar la llegada de la pelota, sale a su encuentro y controla dentro de una zona delimitada para tal efecto, tal como muestra el gráfico.



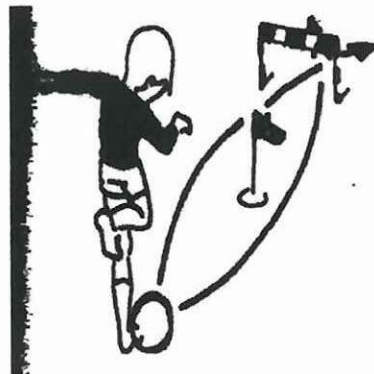
Colocamos a los jugadores por grupos de tres y los distribuimos tal como nos indica el gráfico situado más abajo. El jugador B pasa el balón a su compañero A quien controla la pelota y devuelve el pase a su compañero B, corre a dar la vuelta a un cono situado a su izquierda para encararse hacia C y recibir el pase de éste, controla y devuelve el pase a C, da la vuelta al otro cono situado siempre a su

izquierda y quedará orientado hacia B, con el que repetirá el mismo esquema realizado anteriormente.

El ejercicio puede realizarse con balones que lleven diferentes trayectorias (rasos o aéreos). El tipo de control lo marca el profesor en función de lo que pretendamos trabajar.



Los jugadores por parejas se sitúan al lado de una valla. El jugador A lanza el balón por medio de un saque de banda por encima de la valla y su compañero B debe ir al encuentro de la pelota controlarla y volver al punto de inicio. La valla la utilizaremos para que el jugador que debe ir a controlar el balón pase por debajo, la rodee, la salte... cuando salga a buscar la pelota y también se puede utilizar para que una vez controlamos el balón devolver la pelota al compañero que saca de banda por debajo o por encima de la valla



Los jugadores colocados por parejas, se sitúan uno en cada cono azul y el balón en poder del jugador B. Este jugador envía el balón al espacio entre dos conos, para que su compañero A salga al encuentro del balón, lo controle conduzca a dar

la vuelta a un cono y pase la pelota de nuevo a su compañero B para volver a iniciar el ejercicio.

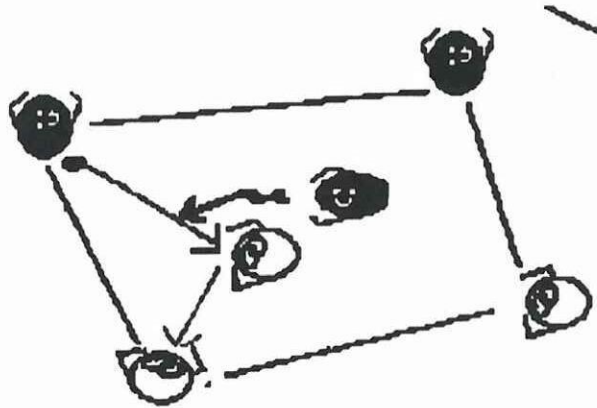


Individualmente con un balón, los jugadores conducen por el espacio que les hayamos delimitado, cuando se encuentren delante de un cono deben controlar la pelota (depende del control a trabajar y delimitando superficie de contacto) y reanudar la conducción por el terreno de juego.



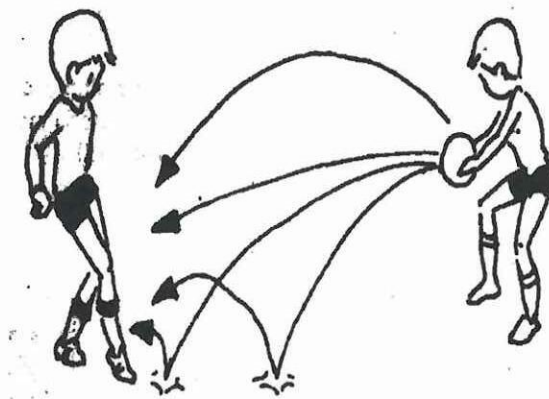
Los jugadores por grupos de 6 jugadores se colocan tal como muestra el gráfico adjunto. Los cuatro jugadores exteriores son encargados de realizar pases y los dos jugadores interiores de controlar y devolver el pase o de dificultarlo. El jugador A envía la pelota hacia B quien ante la oposición de C deberá controlar y

pasar la pelota al siguiente jugador exterior que será D, el juego continua hasta que el balón vuelve hacia A y q todos los jugadores pasen por las distintas situaciones.



### 3.6.2.4 EJERCICIOS PARA TRABAJAR EL CONTROL ORIENTADO

Individualmente, cada jugador con un balón lo lanza al aire o por el suelo y con un solo toque (según la superficie de contacto que marcamos) deben controlar el balón y seguir conduciendo.



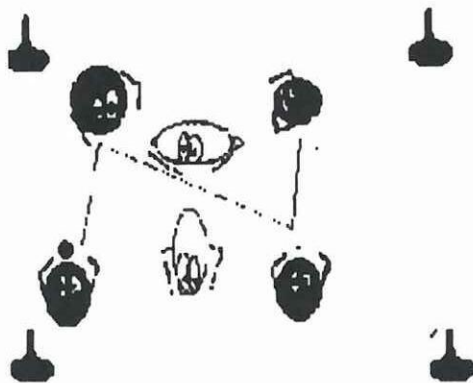
Por parejas el jugador A tiene el balón y su compañero b se sitúa al lado de un cono. A pasa el balón hacia B quien debe controlar la pelota y orientarla para superar el cono que tiene al lado. Luego envía el balón hacia A y repetimos el ejercicio.



Similar al ejercicio anterior pero en esta ocasión en lugar de superar el cono, B debe orientar la pelota hacia el cono que el jugador tiene a su izquierda para allí pasar el balón a su compañero A. Cuando se realiza el pase el jugador se desplaza hasta el cono inicial para recibir el pase de vuelta.

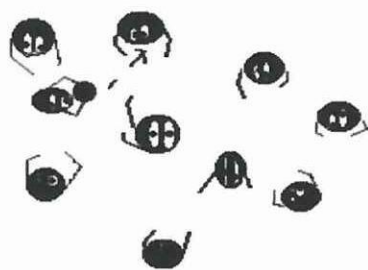
### 3.6.2.5 JUEGOS PARA TRABAJAR LOS CONTROLES

El equipo poseedor del balón (4 jugadores) intenta conservar la pelota frente al equipo de dos defensores, quienes al recuperar la pelota cambian su posición con dos de los jugadores del equipo de cuatro. El grupo de atacantes deben realizar un control obligatorio antes de realizar el pase hacia algún otro compañero.

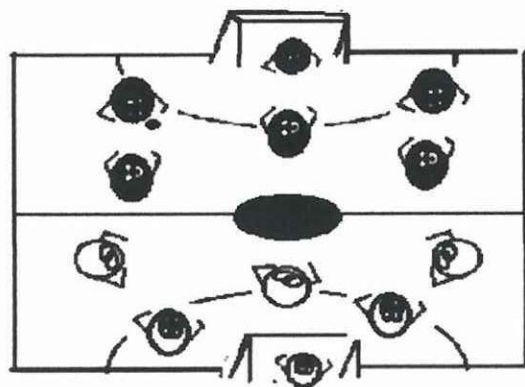


Formaremos dos equipos de igual número de jugadores y delimitaremos un espacio donde se desarrollará el juego. El juego comienza mediante un lanzamiento al aire del profesor. Un jugador controla el balón, a partir de ese momento el equipo que está en posesión del balón intenta realizar el mayor número de pases consecutivos, mientras el equipo contrario intenta interceptar el balón y hacerse con la función de atacante. El juego se desarrolla con control obligatorio antes de pase, es decir que no se puede jugar al primer toque. Los controles los delimitará el profesor en cuanto a superficie de contacto y tipo.

Adjudicaremos un punto al equipo que consiga realizar 10 pases seguidos sin que la pelota haya sido tocada por algún jugador del otro equipo o haya salido de los límites del terreno de juego.

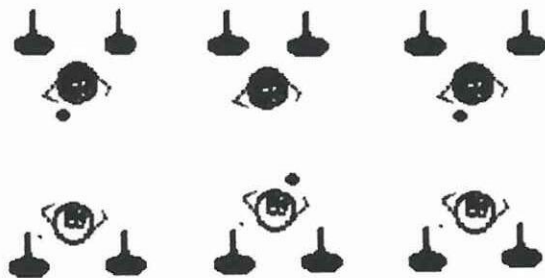


Realizaremos un partido 5 contra 5 (las dimensiones del campo dependen del trabajo a realizar) con control obligatorio antes de realizar el pase hacia un compañero (delimitaremos el tipo de control y la superficie de contacto a utilizar).



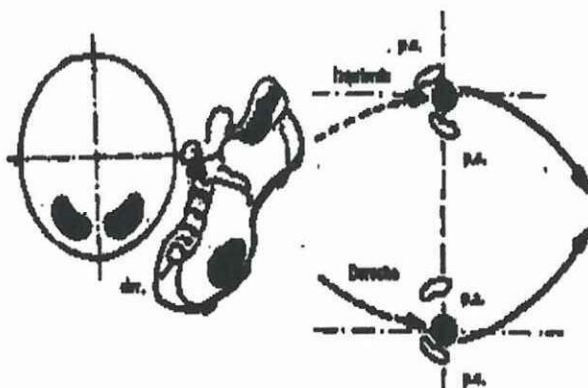
### El portero sin manos

Los jugadores se colocan por parejas cada uno defendiendo una portería pequeña formado con conos y tienen una pelota por pareja. Los jugadores deben intentar batir la portería defendida por su oponente y el defensor debe parar la pelota sin utilizar las manos con lo que hará uso de los controles para hacerse con la pelota.

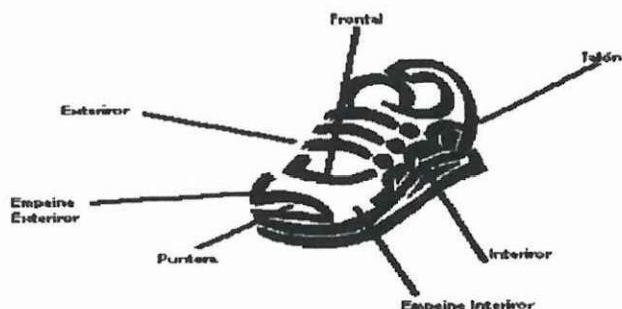


### 3.6.3 EL GOLPEO CON EL PIE

Hablamos de Golpeo cuando le damos un toque al balón con cualquier parte del pie, por lo tanto cuando realicemos un pase, un tiro, un control orientado... en primer lugar estaremos haciendo un golpeo que según la intención con que lo efectuemos se convertirá en las acciones antes citadas.



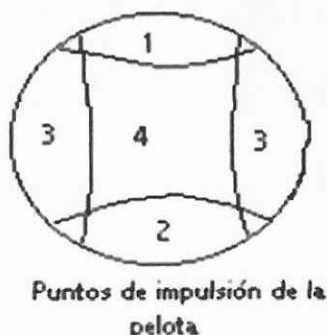
Para el aprendizaje del golpeo debemos tener en cuenta una serie de factores que nos condicionan el tipo de golpeo que pretendamos realizar:



#### A) Superficies de contacto del pie (“partes del pie”)

- Empeine Frontal: Se utiliza para pases largos o potentes y tiros ya que es una superficie que nos proporciona potencia, velocidad, recorrido y precisión. (“ para que los niños lo entiendan se les dice que es la parte de arriba del pie donde tienen los cordones de la bota”)
- Empeine Interior / Exterior: Se utilizan para los golpes con efecto, para intentar colocar la pelota y superar obstáculos. Son golpes con potencia y precisión. (“ para enseñárselo a los niños corresponden con las partes de al lado de la puntera “)
- Interior: Se utiliza para golpes cercanos i seguros, ya que es la parte del pie que más seguridad nos ofrece pero le da poca velocidad al balón. Consideramos dentro de este grupo también el Exterior del pie. (“para enseñarlo se les muestra como la parte de dentro y de fuera del pie, normalmente corresponde con algún dibujo de la bota de fútbol que nos sirve de guía”)
- Talón: En una superficie de recurso para el jugador que proporciona sorpresa respecto a los adversarios.
- Puntera: Se utiliza para tiros a portería en espacios reducidos y con los adversarios tan próximos que no podemos armar la pierna para realizar otro tipo de golpeo.
- Planta del pie: La utilizamos para proteger la pelota y alejarla del adversario, para cambios de dirección y para alguna conducción con ventaja del jugador que lleva la pelota.

B) Zonas en las que hay que golpear **el balón** (“ partes de la pelota”)



- Podemos dividir la pelota en una serie de zonas, las cuales según golpeemos en una u otra y con la superficie de contacto apropiada, obtendremos un tipo de golpeo u otro.
- Zona 1: Es la zona superior del balón si golpeamos en ella obtendremos envíos siempre en línea recta, muy cortos y siempre rasos.
- Zona 2: Parte inferior de la pelota con la que pretendemos que el balón coja altura, normalmente va en dirección recta y la distancia del envío dependerá de la superficie de contacto que utilicemos.
- Zona 3: Son los laterales del balón y el tipo de golpeo dependerá según si el toque lo realizamos en la parte superior, inferior o central.
- Zona 4: El centro de la pelota al golpear en esta zona la altura que coge el balón es media (dependiendo de si el jugador está estático o en movimiento puede ser más o menos elevada), el balón avanza en línea recta y la distancia del envío dependerá de la superficie de contacto que empleemos.

C) El último aspecto a destacar en los golpeos, coincide con la **pierna que realiza el golpeo** (pierna activa) y la pierna que sirve de apoyo (pierna pasiva) y dependiendo del tipo de golpeo tendrán una u otra situación.

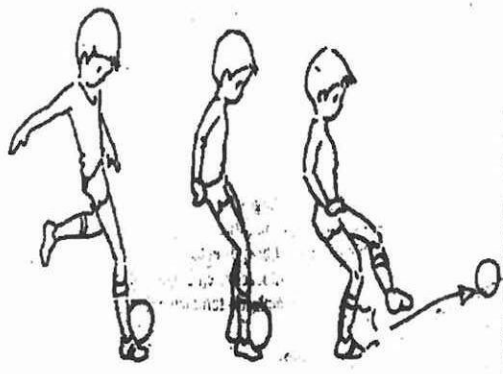
- Empeine Frontal: El jugador debe colocarse en línea recta al balón y realizar la carrera de aproximación hacia la pelota. La pierna que golpeará la pelota, se levanta hacia atrás, mientras que la pierna de apoyo se coloca al lado del balón, a unos 10 cm, apoyando toda la planta del pie en el suelo. La pierna del golpeo se baja rápidamente hacia el balón y el pie se estira hacia abajo (“ la puntera mirando al suelo”) y se golpea la pelota en la parte central.
- Empeine Interior: El jugador debe colocarse ligeramente hacia el lado de la pierna de apoyo y realizará desde esa posición la carrera de aproximación. Al llegar al balón la pierna del golpeo se levanta hacia atrás y la pierna de apoyo se sitúa al lado del balón (si ponemos el pie de apoyo a la altura del balón el envío será medio raso y si la ajeamos un poco de la pelota ésta se elevará). La pierna del golpeo se dirige al balón y lo golpea en la parte exterior (zona 3) de la derecha de la pelota.
- Empeine Exterior: El jugador se sitúa ligeramente colocado hacia el lado de la pierna que vamos a golpear (“si tiramos con la derecha nos colocamos a la derecha de la pelota y si es con la izquierda al revés”). Lo demás se realiza igual que para el envío con el Empeine interior.
- Interior: Normalmente la carrera y distancia respecto al balón en mínima con lo que la pierna del golpeo se levanta poco hacia atrás , la pierna de apoyo se sitúa al lado de la pelota y se baja la pierna de golpeo hacia el balón. Se gira el pie hacia fuera para mostrar el interior respecto al balón y se golpea la pelota en la parte media.
- Exterior: La situación es igual que para el golpeo con el interior, sólo que el pie se gira hacia adentro para mostrar el exterior al balón y se golpea en la parte central o un poco exterior izquierda.
- Talón: En el golpeo con el talón, al recibir la pelota se pasa la pierna de golpeo por detrás de la pierna de apoyo y se golpea la pelota, o bien si el jugador está de espaldas, golpea la pelota hacia atrás con el talón.

- Puntera: El golpeo se realiza igual que para el golpeo con los empeines solo que se utiliza la puntera para realizar el toque al balón. Normalmente se golpea en la parte central o exterior de la pelota.
- Planta: El golpeo con la planta no envía la pelota prácticamente hacia delante, sólo nos sirve para mover la pelota en espacios reducidos y se coloca la pierna de apoyo al lado de balón y la pierna de golpeo toca la pelota en la parte superior.

Para el aprendizaje del golpeo es muy importante que el profesor esté pendiente de cómo sus jugadores realizan el gesto técnico, como se colocan respecto al balón, donde impactan con la pelota, como colocan el pie... y por tanto debe corregir al máximo de lo que puede cada intento de práctica de sus jugadores. (En función del tipo de golpeo que le toque trabajar según la etapa y la edad de los jugadores, ya que no los trabajamos todos cada año.

### **3.6.3.1 EJERCICIOS PARA LA MEJORA DEL GOLPEO CON EL PIE**

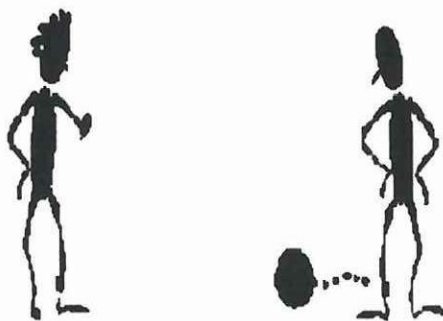
Los jugadores individualmente con un balón se sitúan repartidos por el espacio que hayamos delimitado y practican el tipo de golpeo que haya propuesto el entrenador. Se trata de realizar un pequeño golpeo y que el balón avance 5 o 6 metros, lo recogemos y seguimos practicando.



Los jugadores se sitúan por parejas uno delante del otro. En jugador A se coloca a 3 metros de la pelota y su compañero B, retiene la pelota pisándola con la planta por la parte trasera del balón. EL jugador ha avanza hacia la pelota y realiza un golpeo (“sin potencia solo nos interesa la colocación del jugador. El gesto del pie y el punto de impacto con el balón”) según el entrenador haya indicado.



Los jugadores se sitúan por parejas uno delante del otro encarados a unos 5 metros de distancia con un balón por pareja. El profesor propondrá el tipo de golpeo y después de explicarlo, los jugadores se Irán pasando la pelota según el golpeo propuesto.



No colocamos más ejercicios específicos de trabajo de golpeo porque como hemos dicho antes, el golpeo según la intención con que lo realizamos se convertirá en un pase, un tiro, un control, un regate.... de esta forma podremos encontrar más ejercicios en las diferentes secciones de este trabajo. Sólo debemos ser conscientes de que hay que realizar las correcciones cuando el jugador realiza

el gesto si no lo hacemos no trabajará el golpeo correctamente y como vemos está presente en casi todas las acciones.

### 3.6.4 EL GOLPEO DE CABEZA



Entendemos por golpeo de cabeza cualquier toque realizado al balón con cualquier superficie de contacto de la cabeza.

Estas superficies de contacto corresponden con las siguientes:

- Frontal: Debemos intentar golpear siempre con esta zona, ya que nos aporta seguridad, potencia, precisión.
- Frontal lateral: Proporciona un golpeo con bastante potencia y precisión, la diferencia con el anterior estriba en que se realiza con un giro del cuello previo.
- Occipital: Lo utilizamos para las prolongaciones hacia atrás de la pelota (“peinar”)
- Temporal: No se entrena, ya que su uso se restringe a los desvíos.

Un aspecto muy importante para el aprendizaje del golpeo con lo cabeza es la forma de ejecución y que se aplicará en función del tipo de golpeo (remate) de cabeza que pretendamos realizar.

Es importante tener una concentración• total sobre la pelota para estudiar su trayectoria, la fuerza, la velocidad con que se aproxima... y en función de todo eso

se escoge la superficie de contacto que el jugador utilizará. (“ depende del momento”)

- Golpeos Frontales : La realización de este tipo de golpeo se conforma situando las piernas ligeramente abiertas, los brazos un poco separados del cuerpo y abiertos, el cuerpo se inclina ligeramente hacia atrás y se realiza un movimiento de vaivén de atrás hacia delante.
- Golpeos Laterales : La ejecución en cuanto a posicionamiento es la misma, la diferencia se encuentra en que en lugar de realizar el movimiento de atrás hacia delante se realiza un giro del cuello en el momento de impactar con el balón en la dirección que queramos enviar la pelota.

### **3.6.4.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL GOLPEO DE CABEZA**

El jugador individualmente con un balón, intenta mantenerlo en el aire mediante toques con la cabeza.

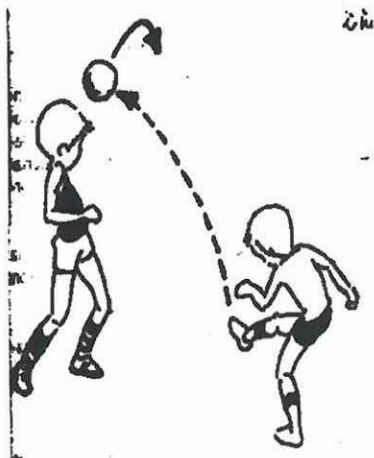


Por parejas uno delante del otro a escasos metros, se pasan el balón con la cabeza intentando realizarlo el mayor número de veces posibles. En este ejercicio se

puede hacer más difícil obligando a que antes de pasar el balón al compañero, el jugador tiene que haber dado un toque vertical el mismo.

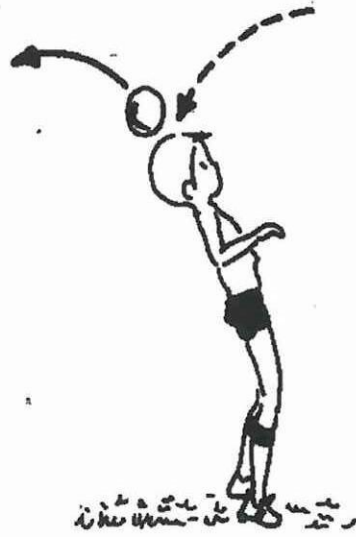


En la misma disposición anterior ahora los jugadores se siguen pasando la pelota, pero después el jugador debe sentarse en el suelo y volverse a levantar, mientras el otro jugador deberá mantener el balón el tiempo necesario mediante toques de cabeza.



Siguiendo este esquema se pueden introducir variedades de ejercicios, que el jugador tenga que dar una vuelta sobre sí mismo, saltar una valla,... O también se puede realizar por grupos de tres ( con dos balones) tocando el balón al primer

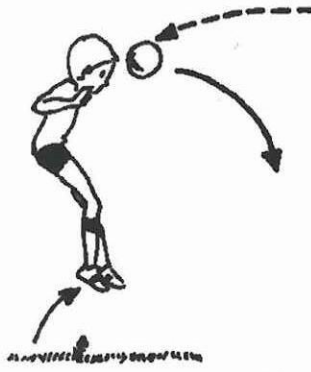
compañero, éste lo mantiene haciendo toques y primer jugador se gira a buscar el pase del tercer compañero y así sucesivamente.



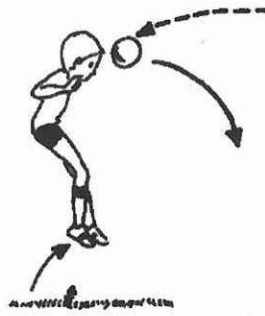
Por parejas, el jugador A sostiene el balón con sus manos, y su compañero B realiza el gesto de golpeo de cabeza. Aquí el profesor puede explicar cómo se realiza y también hacer las oportunas correcciones. Se utiliza tanto para el golpeo sin salto como con salto previo.



Por parejas el jugador A pasa el balón a su compañero y este le devuelve la pelota con la cabeza realizando el golpeo correctamente tal como le hemos explicado. Este mismo ejercicio se puede realizar formando dos porterías, el jugador que golpeo intenta hacer gol en la portería que defiende su compañero, el cual le pasó el balón.



Por parejas el jugador A pasa el balón a su compañero mediante un saque de banda, y el jugador B golpea el balón intentando tocar un cono que está situado entre los dos compañeros.



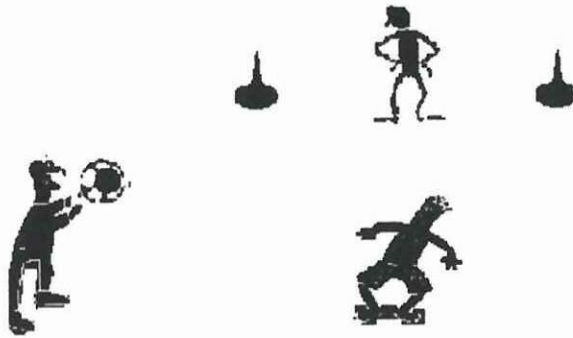
Colocamos a los jugadores por parejas con un balón, el jugador A lanza la pelota contra el suelo para que rebote y su compañero B vaya a cabecear la pelota devolviéndosela a A.



Por parejas, el jugador B lanza un balón a su compañero A quien salta un pequeño espacio rectangular formado por conos en el suelo y golpea de cabeza..



Los jugadores se colocan por grupos de tres. El jugador A actúa como portero, el jugador B remata de cabeza y el jugador C le pasa el balón para facilitar el golpeo. Los jugadores se colocan tal como muestra el gráfico, con lo que obligaremos a rematar con giro del cuello.



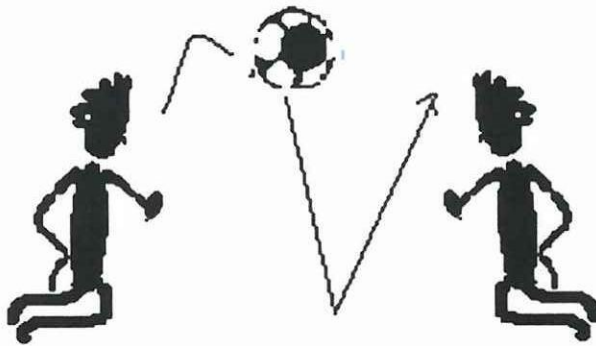
El jugador B envía el balón hacia A para que éste le devuelva el balón hacia uno u otro lado según la dirección que haya tomado.



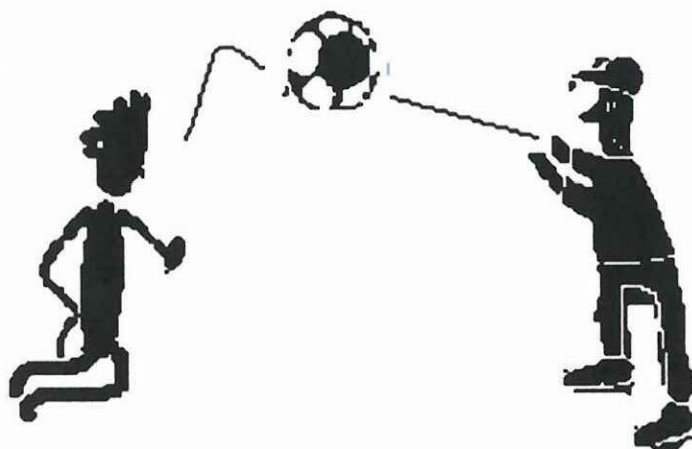
Formamos grupos de tres jugadores de forma que el jugador A pasa el balón a b quien de espaldas cabecea hacia atrás enviando la pelota a C.



Igual que el ejercicio anterior pero ahora con grupos de jugadores, de forma que el primer jugador pasa el balón a b quien lo pasa hacia atrás a C, quien golpeará hacia atrás a D y así sucesivamente, cuando golpean la pelota se colocan los últimos de la fila para intentar no parar el ejercicio.

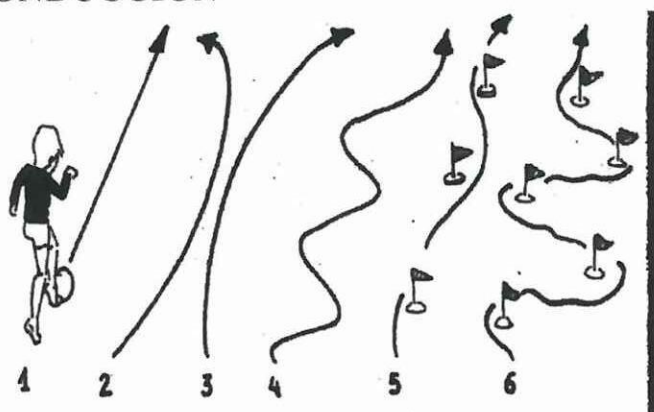


El jugador A se coloca de pie con el balón y su compañero b de rodillas a unos metros de él. A lanza la pelota y b se la devuelve de rodillas golpeando con la cabeza. Seguimos con los mismos ejercicios pero la progresión nos lleva a situar al jugador b de cuclillas para golpear la pelota.



Los jugadores se dividen en dos equipos de 3 jugadores para hacer un mini partido sin porteros en un campo de 20 por 20 metros. El juego se desarrolla con las manos, de forma que los jugadores no pueden desplazarse con la pelota en las manos más de 2 pasos, con lo que los demás componentes del equipo deberán colocarse para recibir el balón. Los defensores no pueden tocar al jugador que tenga la pelota en sus manos y solo pueden interceptarla si va por el aire o por el suelo. Los goles se consiguen únicamente con un golpe de cabeza.

### 3.6.5 LA CONDUCCIÓN



Cuando hablamos de conducción nos referimos a todas aquellas acciones en las que el balón va rodando por el terrenos de juego. En nuestro caso de aplicación con los niños los vincularemos mucho a trabajo de coordinación dinámica segmentaria, ya que trabajaremos todas las superficies de contacto del pie (“como

ya sabemos son empeine, empeine interior y exterior, interior y exterior del pie, planta, puntera”) a través de diferentes situaciones.

Cuando enseñemos a conducir el balón a los jugadores, progresivamente debemos ir proporcionando unas consignas imprescindibles para su aplicación en el juego real:

A) Debemos controlar permanentemente la pelota, teniendo en cuenta el rival, el espacio, la posición, la fuerza con que tocar el balón, la superficie idónea...

B) La visión periférica, es decir, no mirar la pelota mientras se conduce para poder observar todo lo que pasa en el juego y a los adversarios y nuestros compañeros.

C) Debemos proteger la pelota para que el rival no pueda arrebatárnosla mientras conducimos. A esta situación se la denominará Cobertura dinámica.

1. Cuando conducimos la pelota debemos enseñar al jugador a que lo haga con la pierna más alejada del defensor, con lo que nuestro rival tendrá la oposición de nuestra pierna de apoyo al intentar hacerse con la pelota.

2. Cuando llevamos una ventaja al rival debemos evitar que nos sobrepase no modificando nuestra trayectoria, sino inclinando el cuerpo y utilizando la carga.

3. Para conducir en velocidad el jugador debe ser consciente de utilizar el empeine exterior que es la parte del pie con la que conducimos más deprecia.

4. Para cambiar la dirección de la conducción utilizaremos los empeines, el interior y el exterior.

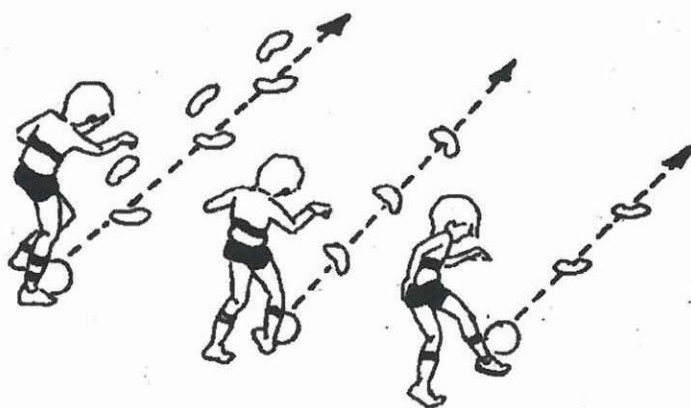
5. Para cambiar el sentido de nuestra conducción utilizaremos la planta y el talón.

### 3.6.5.1 EJERCICIOS PARA EL DOMINIO DE LAS SUPERFICIES DE CONTACTO

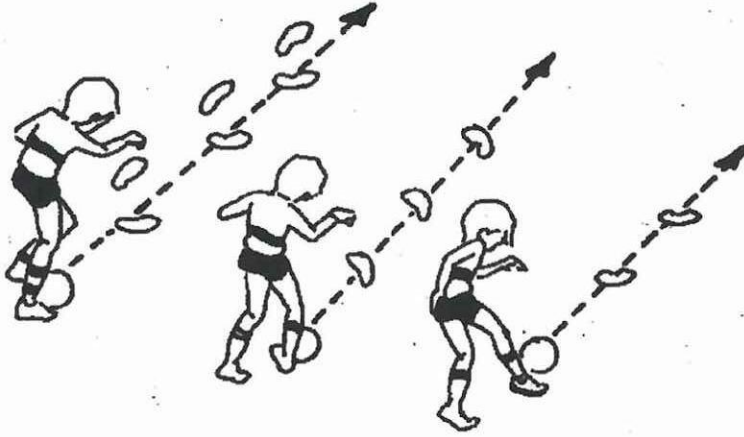
Los jugadores conducen libremente por el espacio delimitado (“más o menos el ares”) utilizando las superficies de contacto que hemos determinado e intentando no chocar con los compañeros.



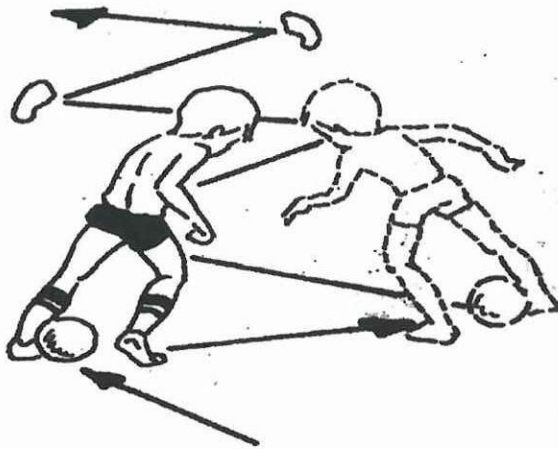
Los jugadores individualmente conducen la pelota por un pasillo que hemos delimitado en el terreno de juego, cuando llegan a colocarse entre dos conos, paran el balón con la planta del pie y reanudan la conducción.



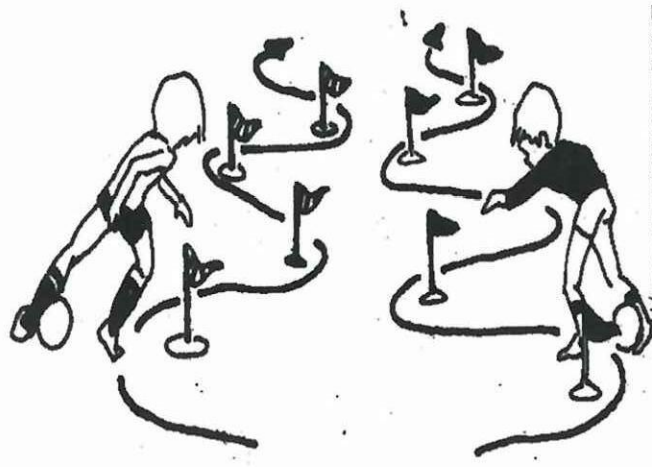
Conducción entre conos según las superficies de contacto que hemos marcado.  
Cuando utilizemos la planta del pie también les haremos conducir hacia atrás.



Los jugadores colocados por dos grupos uno delante del otro. El primer jugador conduce el balón hasta la otra fila y ocupa el último lugar de dicha fila, se realiza el ejercicio con todos los jugadores y cambiando de superficies de contacto al comenzar el primero nuevamente.



los jugadores se distribuyen tal como muestra el gráfico y el primer jugador de cada fila conduce hacia delante, gira en el cono central y vuelve a su fila entregándole el balón a su compañero.

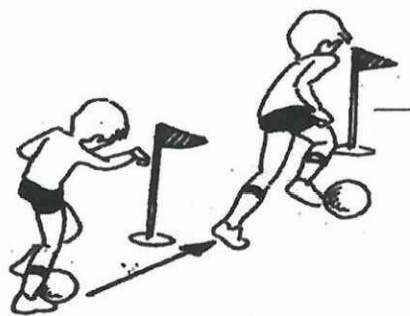


### 3.6.5.2 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN CON TRAYECTORIA RECTILÍNEA

Carrera de relevos, los jugadores colocados en dos grupos realizan una conducción de 15 metros hasta un cono, giran en ese lugar y entregan el balón a su segundo compañero y así sucesivamente.



Los jugadores se colocan por parejas uno en cada cono del final como muestra el gráfico adjunto. El primer jugador conducirá el balón hasta su compañero, dando una vuelta a un cono central que se encontrará por el camino. Al finalizar el recorrido entrega el balón a su compañero quien repetirá el mismo ejercicio. Incidir en las superficies de contacto a trabajar.



Los jugadores cada uno con una pelota se sitúan por parejas. El primer jugador conduce por el espacio y su compañero debe intentar seguirle.



Los jugadores conducen por el terreno de juego siguiendo las líneas del campo sin salirse de ellas, siempre por encima.

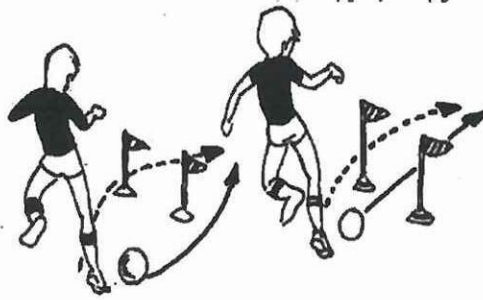


### **3.6.5.3 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN CON TRAYECTORIAS CURVAS**

Los jugadores conducen la pelota hasta llegar a la otra línea y realizando un giro completo con el balón a cada cono que se encuentran a su paso.

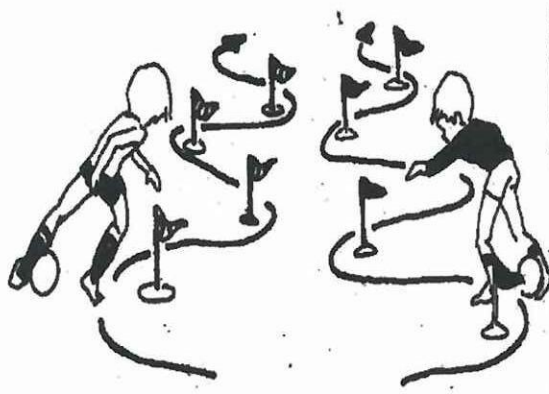


Los jugadores conducen la pelota pasando entre los conos intentando dibujar un ocho en la trayectoria.

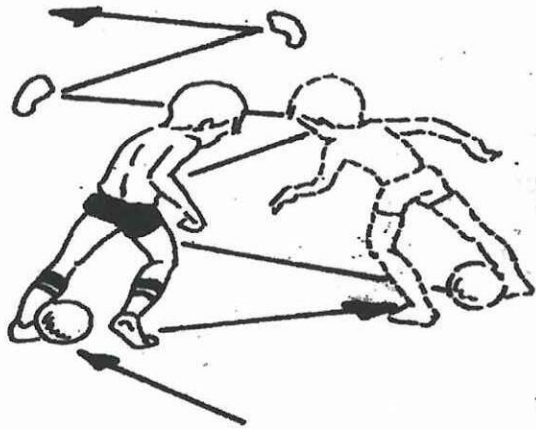


### 3.6.5.4 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN EN ZIGZAG

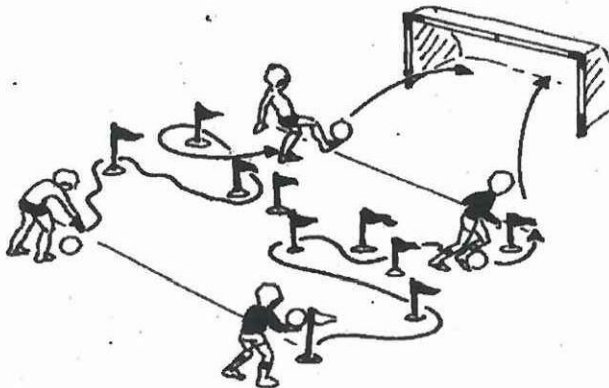
Los jugadores conducen el balón entre los conos al llegar al otro grupo le entregan la pelota al siguiente jugador y se esperan al nuevo turno. Delimitar la superficie de contacto a trabajar y el paso entre conos utilizando ambas piernas.



Ejercicio similar al anterior pero introduciendo un pase al final para dar mayor dinamismo al juego.



Los jugadores con un balón conducen por el recorrido propuesto pasando por entre las puertas (conos) que les hemos colocado por el terreno de juego.



### 3.6.5.5 EJERCICIOS DE CONDUCCIÓN CON OTROS GESTOS TECNICOS

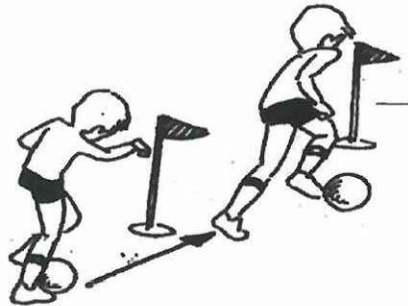
Es fácil construir ejercicios de conducción donde aparezcan otras situaciones por este motivo sólo exponemos uno de cada para que sirva de orientación.

Los jugadores se colocan por grupos de 4 tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador A conduce la pelota al llegar al primer cono realiza una pared con su

compañero B, continúa la conducción y al llegar al siguiente cono realiza otra pared con su compañero C y al llegar al último cono realiza la misma acción con su compañero D. Después de cada vuelta cambiamos las posiciones.

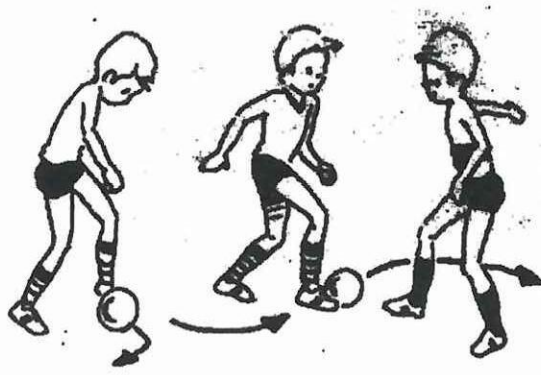


El jugador conduce el balón y al llegar a los conos que se encuentra por el camino realiza un regate libre sin tocar el cono.

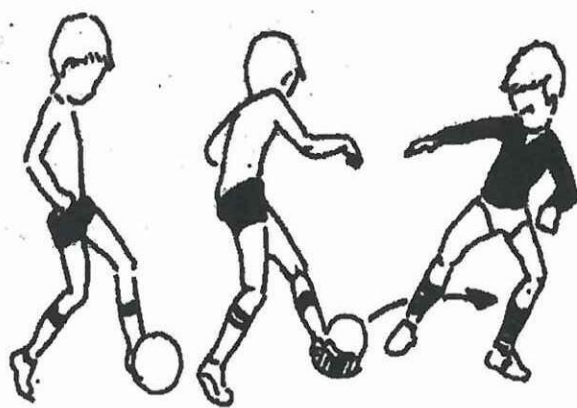


### 3.6.5.6 EJERCICIOS CON CONTRARIOS QUE DIFICULTEN LA CONDUCCIÓN

El jugador A intenta conducir hasta llegar al cono situado delante de él. En el momento que empiece la conducción, dos oponentes saldrán a intentar robarle el balón, con lo que el jugador deberá protegerlo de sus adversarios.



Un jugador conduce por el terreno de juego y su compañero intenta arrebatarle la pelota si lo consigue cambian de posición.

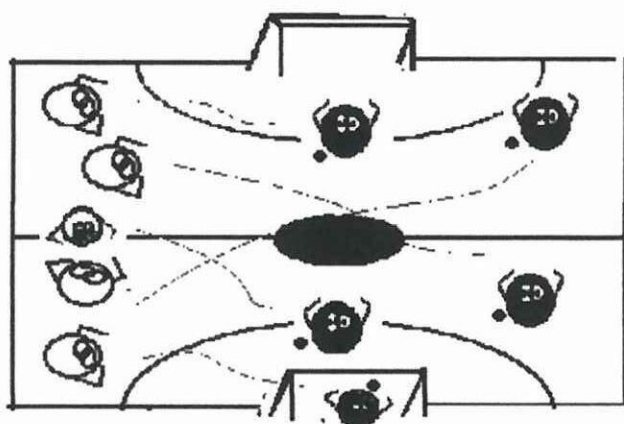


### 3.6.5.7 JUEGOS PARA LA CONDUCCIÓN

Los jugadores se colocan por parejas y cada uno escoge un número 1 o 2. A la señal del profesor el número dicho debe intentar atrapar a su compañero. Los dos conduciendo su balón.



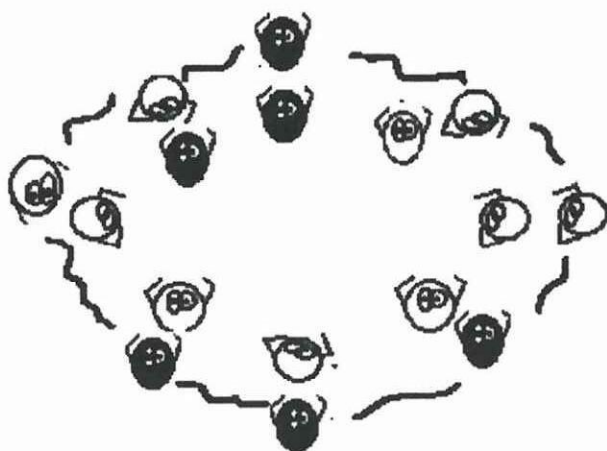
Colocamos a los jugadores en dos equipos uno con balón y el otro sin él. A la señal del profesor el equipo sin balón intenta recuperar todos los balones posibles en el menor tiempo. Gana el equipo que termine antes de recuperar todos los balones.



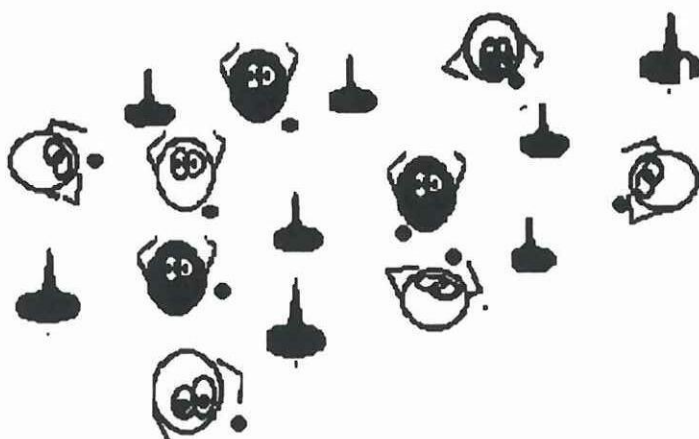
Tocar y para con balón. Los jugadores que paran van sin balón y los que escapan llevan una pelota conduciendo. En el momento que atrapen a un jugador cambian su posición con él.



Conejos a la madriguera. Colocamos a los jugadores por parejas y si sitúan en círculo uno delante del otro. El jugador exterior con balón. A la señal del profesor los jugadores con balón comienzan a conducir dando vueltas a la redonda que forman sus compañeros. Cuando el profesor diga ¡YA! Deberán correr hasta pasar por debajo de las piernas de su compañero para salvarse.



Las sillas. Colocamos conos por el espacio de juego de forma que hay para todos los jugadores menos uno, así siempre se quedará un jugador sin sitio. Los jugadores conducen por el espacio y cuando el profesor diga ¿YA! Deben ir hasta un cono el que se quede sin, pues...

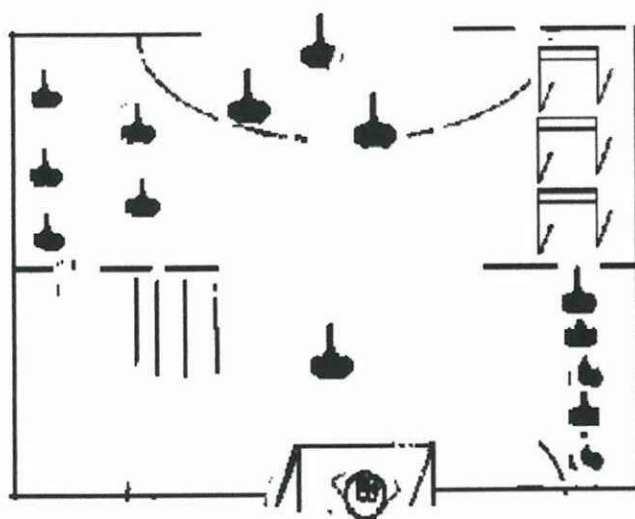


Los paquetes con balón. Los jugadores conducen por el terreno de juego. El profesor dirá PAQUETES DE... en ese momento los jugadores deben agruparse en grupitos del número que haya dicho el profesor. Todo esto con balón.



### 3.6.5.8 CIRCUITOS

Además de los ejercicios sueltos también debemos realizar circuitos o recorridos en los que trabajaremos la conducción de forma rápida y con mucha actividad por parte de los jugadores. Una vez al mes cada equipo en función del día que le toque trabajar la conducción según su planificación deberá organizar un circuito, aquí ofrecemos algún ejemplo pero con juntar algunos ejercicios que proponemos para la conducción y otras situaciones que se invente el profesor es fácil su organización.



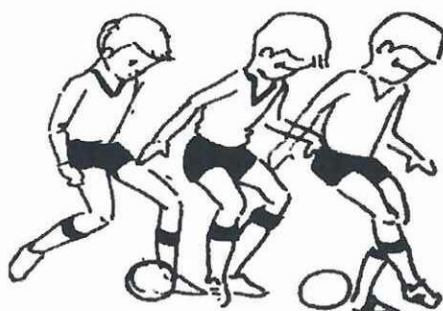
### 3.6.6 LA COBERTURA

#### 3.6.6.1 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LA COBERTURA DEL BALÓN

Los jugadores se colocan por parejas, el primer jugador intenta conducir la pelota hasta la línea de conos situada a 15 metros de él, mientras su compañero intenta quitarle la pelota.



El jugador con balón realiza una conducción hasta un cono situado a 10 metros de él, al llegar a esa zona su compañero intentará quitarle el balón en el camino de vuelta al punto de inicio del ejercicio.



### 3.6.7 EL REGATE

Hablamos del regate al referirnos a la acción que nos permite avanzar con el balón y desbordar al adversario.

Dentro del regate distinguimos dos tipos fundamentales:

**A) Simples:** Son aquellos en los que se desborda al adversario sin una finta previa. Dentro de este grupo, tendremos por lo tanto, el túnel (caño); levantar la pelota por encima del rival (un sombrero), el auto pase (pasar el

balón por un lado e irnos por el otro) y el regate uno-dos (la croqueta de Laudrup).



**B) Compuestos:** En este tipo de regate se utiliza una finta previa para engañar al adversario distrayéndolo de la acción que pretendemos realizar, para acto seguido desbordarlo. Dentro de este tipo tenemos infinidad de regates que dependerán de la habilidad e imaginación del jugador. Nosotros destacamos la bicicleta (pasar una pierna por encima del balón y llevarse la pelota con el exterior de la pierna contraria), la doble bicicleta (pasar las dos piernas una detrás de otra por encima del balón y llevarse la pelota con el exterior de la primer pierna que inició el regate), la media tijera (pasar una pierna por encima del balón y llevarse la pelota con el exterior del mismo pie que empieza el regate), la finta lateral (se echa el peso del cuerpo hacia la pierna de apoyo y se lleva la pelota con el exterior de la otra pierna hacia el lado contrario de donde realicemos la finta), etcétera.

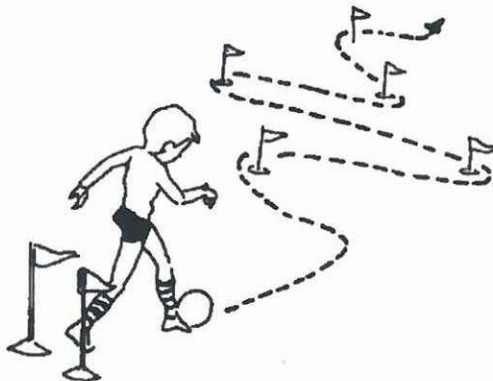
Junto a la enseñanza de diferentes tipos de regates, también tenemos que explicar a los jugadores cuando hay que realizar el regate, que zonas son las más adecuadas y las menos adecuadas para efectuar un regate, que si el pase es posible se pasa al balón antes que hacer un regate, la distancia de realización del regate respecto al adversario, la velocidad de ejecución...

### 3.6.7.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL REGATE

Los jugadores se colocan delante de un cono ("para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono más grande o una pica) y el profesor explica el tipo de regate que vamos a realizar, cuando se haya entendido los jugadores individualmente practican el regate con el cono, mientras el profesor corrige las dificultades. Una vez dominado el tema del regate al cono se realizará el mismo tipo de ejercicio pero en lugar de conos situaremos jugadores estáticos y sin intentar defender.



Cada vez que introduzcamos un nuevo tipo de regate haremos pasar a los jugadores por el ejercicio anterior únicamente con la oposición de los conos. Para variar este ejercicio sólo debemos introducir variedad de obstáculos, ya sea en forma de conos, zonas por donde no se puede pasar por ejemplo un triángulo de conos, un cuadrado, poner varios conos juntos realizar más de un regate....



Situación 1 contra 1. Un jugador actúa como atacante y el otro como defensor, de forma que el atacante debe encarar a su adversario para intentar tirar a portería.

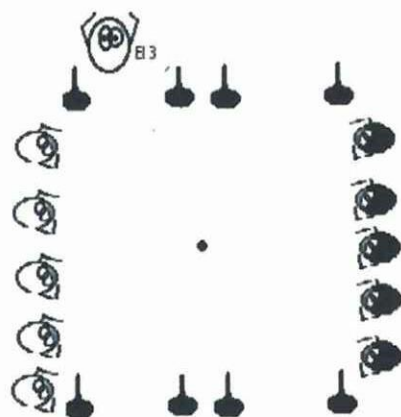


### 3.6.7.2 JUEGOS PARA EL REGATE.

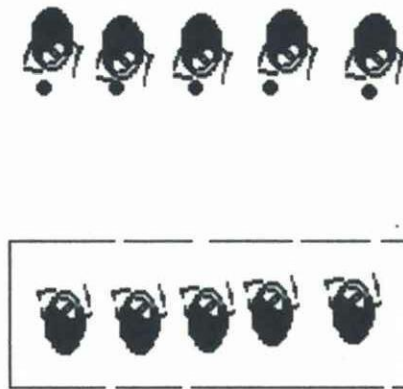
Partido 1 contra 1 en espacio reducido y con porterías pequeñas. Se puede organizar a modo de torneo de divisiones tal como se explica en la parte de juegos de este trabajo.



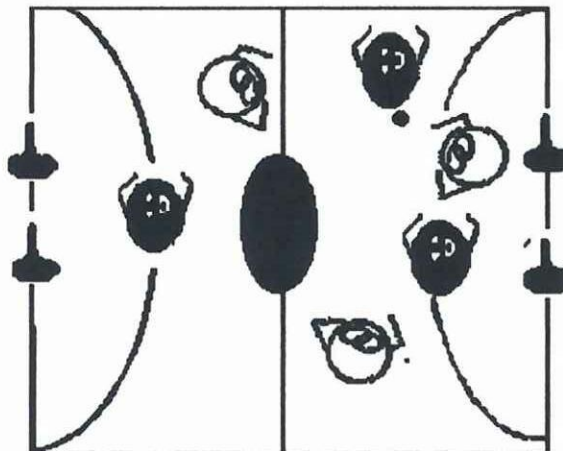
El pañuelo con balón. Los jugadores se dividen en dos equipos y se numeran del 1 al x. El profesor dirá un número y los dos jugadores con dicho número saldrán a disputar el balón e intentar conseguir gol en una la portería del equipo contrario.



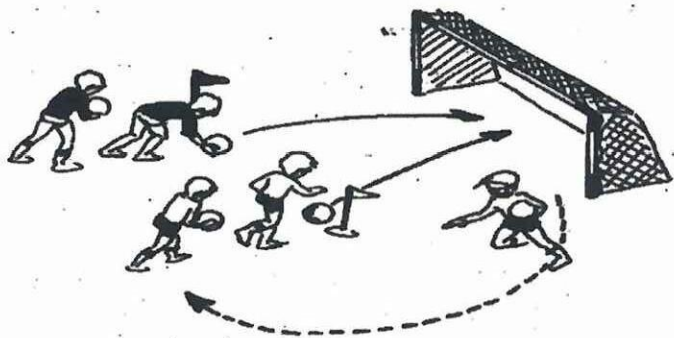
La muralla con balón. Los jugadores se dividen en dos equipos. El equipo 1 se coloca como defensor a lo largo de una franja del terreno de juego, tal como indica el gráfico adjunto. El equipo dos se coloca, cada jugador con un balón, al inicio del terreno de juego. A la señal del profesor el equipo con balón intentará superar la franja del terreno de juego defendida por el equipo contrario, mientras el equipo 1 intenta recuperar tantos balones como sea posible. Cada jugador que logre pasar con su balón recibe un punto.



Partido de regates. Se realiza un partido en espacio reducido con 3 o 4 jugadores en el cual para poder conseguir gol es necesario haber realizado un regate previo. También se pueden premiar los regates con una serie de puntos en función del regate realizado o poner picas repartidas por el terreno de juego y otorgar puntos si se efectúa un regate a alguna de las picas.



### 3.6.8 EL TIRO



Denominamos Tiro a todo aquel lanzamiento que se realiza conscientemente sobre la portería contraria. Podemos hacer este tiro con cualquier superficie de contacto del pie, de la cabeza o con cualquier otra parte del cuerpo, pero como no son las más habituales, no las entrenaremos y nos centraremos en las dos primeras que hemos citado aquí.

La forma de realización del Tiro (lo que sería un chute a portería o un remate de cabeza) son las mismas que hemos explicado para la realización del golpeo con el pie y con la cabeza, ya que como explicamos anteriormente en primer lugar se produce el golpeo y según la intención se transformará en el tiro, por lo tanto cuando realicemos y enseñemos el Tiro debemos hacer las correcciones oportunas tanto de utilización de la superficie de contacto, como de aproximación al balón, como de colocación del pie, como de punto de impulsión del balón.

La única novedad que introducimos en la realización del Tiro es que el lanzamiento no acaba cuando se contacta el pie con el balón, sino que el jugador debe aprender a que la pierna continúe su trayectoria acompañando al balón hacia delante.

Para la realización del Tiro a portería el jugador debe tener en cuenta :

- Superficie de contacto a utilizar según el tipo de golpeo que pretende realizar.
- Situación de la portería y del portero.
- Situación de los compañeros y de los adversarios.

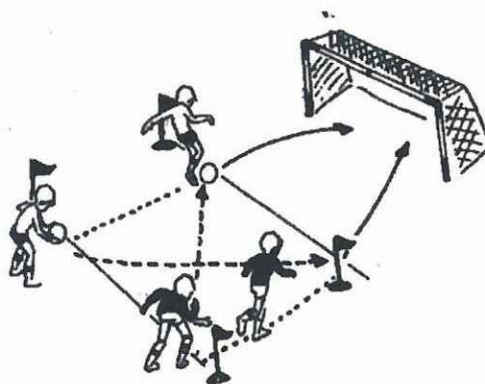
- Distancia de Tiro ( es decir, que el jugador no quiera chutar de medio campo si no llega)
- Ángulo de Tiro (se forma con la situación del balón respecto a los dos palos de la portería)
- Zona de tiro (cada jugador tiene un punto del campo desde donde le gusta más o menos tirar y desde el cual es más efectivo).

Todo esto lo debemos enseñar y comentar con los jugadores para que sepa cómo, cuándo y dónde realizar el Tiro de forma más oportuna y beneficiosa para el equipo.

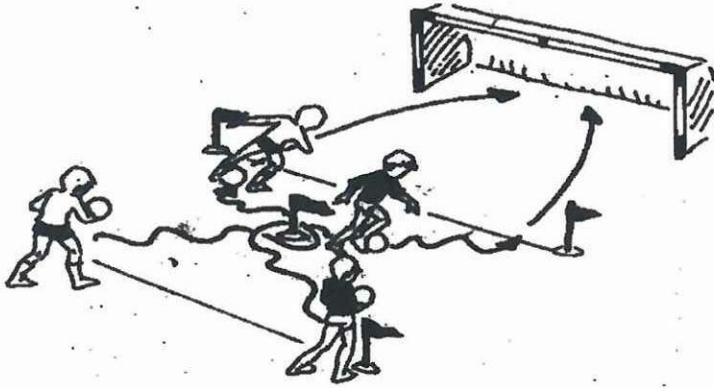
### 3.6.8.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL TIRO

Es importante que relacionemos el aprendizaje del golpeo con el del Tiro, ya que la realización del gesto técnico es idéntica para uno como para otro y también se pueden utilizar algunos ejercicios de golpeo para el aprendizaje del tiro. Como puede ser el número 22 de este trabajo. En cada ejercicio que realicemos será el profesor quien decida qué tipo de lanzamiento vamos a realizar en función de la superficie de contacto que toque trabajar.

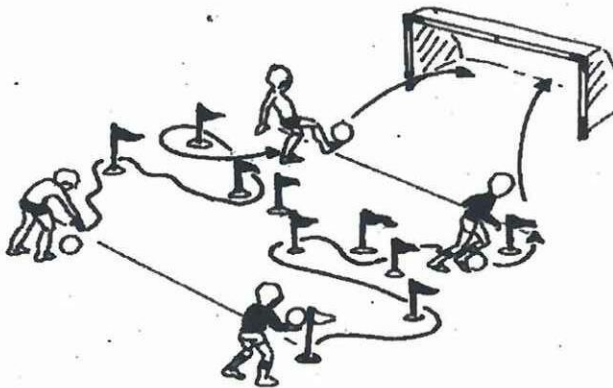
Los jugadores se colocan por parejas tal como indica el gráfico que colocamos a continuación y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El profesor delimitará el tipo de lanzamiento a realizar y es necesario que realice las correcciones oportunas con sus jugadores.



Siguiendo el esquema anterior ahora los jugadores se colocan con una portería formada de conos para cada uno e intentar conseguir gol en la portería contraria y defender la suya.

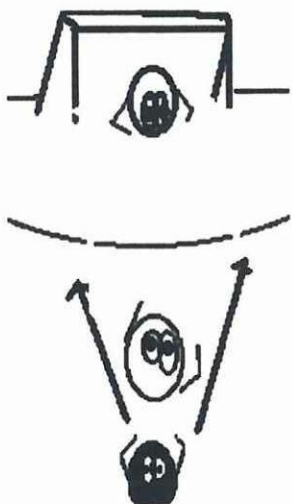


Formamos dos grupos de jugadores y los colocamos tal como muestra el dibujo adjunto. Un jugador de cada grupo se coloca detrás de la portería de conos de su equipo y el primer jugador del grupo se sitúa con un balón. El ejercicio se inicia con el tiro a puerta del jugador que después de conducir unos metros intenta conseguir gol en la portería. Después del lanzamiento el jugador de detrás de la puerta recoge el balón y vuelve a la fila y su puesto es ocupado por el lanzador.

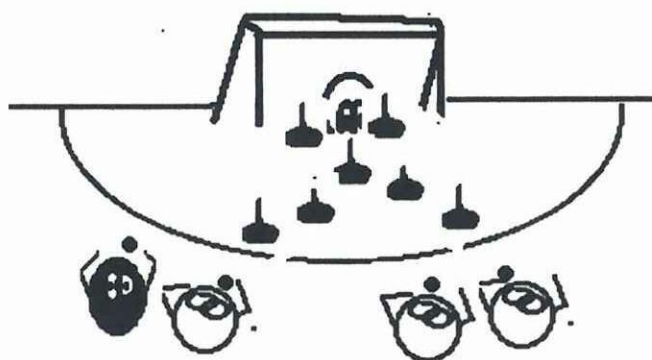


Los jugadores se colocan por parejas los dos mirando hacia la portería. El primer jugador se sitúa sin balón y su compañero que está detrás de él con una pelota. El

jugador con balón pasa a su compañero a derecha o izquierda para que cuando él vea la pelota salga a tirar a portería. Si el pase va a la derecha se remata con la derecha y si va hacia la izquierda con la pierna izquierda.

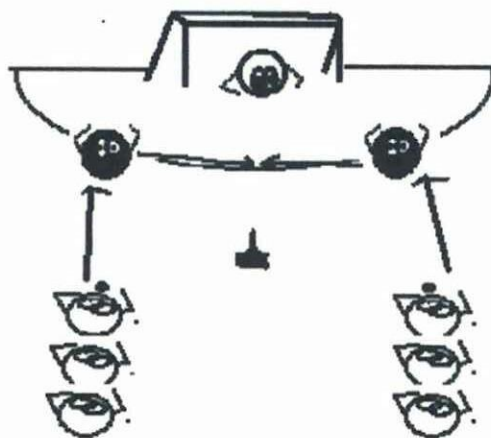


Colocamos a los jugadores en la frontal del área tal como muestra el gráfico adjunto. Los jugadores de la parte A deben lanzar hacia el palo contrario y los de la parte B del mismo modo (“hay que cruzar el balón de sitio”). Para que sepan cómo hay que realizar la trayectoria colocamos los conos, de forma que el balón debe coger efecto para alojarse en el lado de la portería que hemos delimitado.

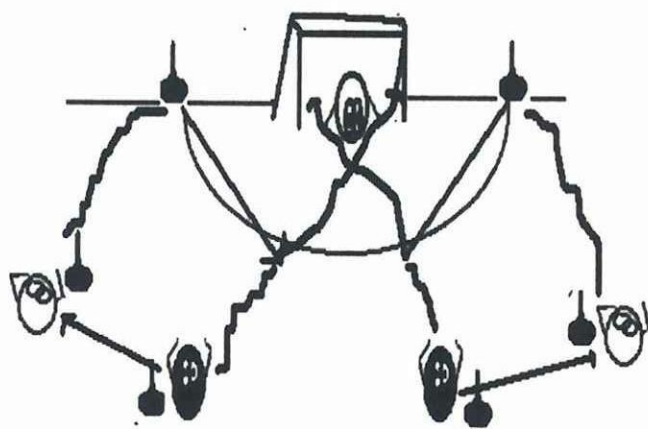


Colocamos a los jugadores en dos grupos situados unos 15 metros de la frontal de área. Un jugador de cada grupo se situará en la frontal para recibir el pase de sus compañeros. El primer jugador de cada grupo, realiza un pase al compañero que

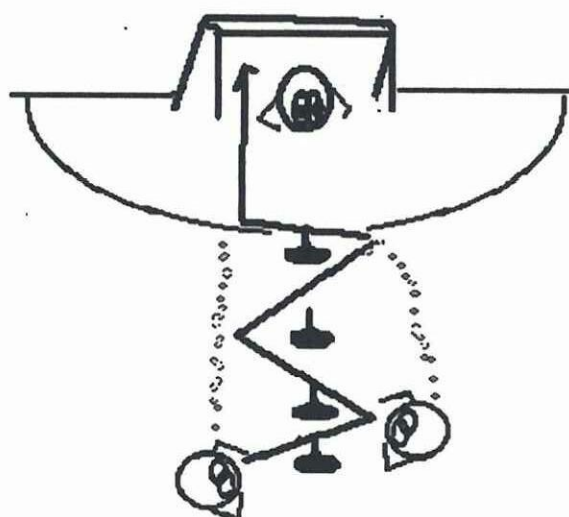
está en la frontal y corre a dar una vuelta a un cono central situado en el camino, para acto seguido recibir el pase de su compañero y rematar a portería.



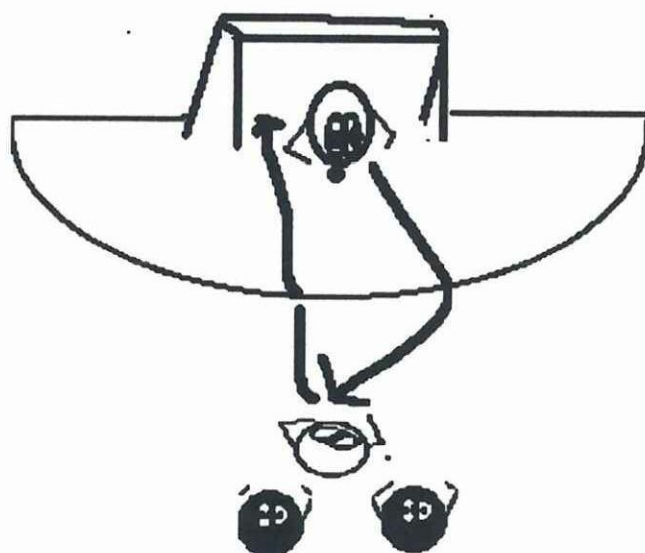
Los jugadores se distribuyen por parejas y se colocan uno de cada pareja en los diferentes conos situados a 10 metros de la frontal del área, de forma que forman dos partes unos a derecha y otros a izquierda de la portería. El jugador A de cada grupo pasa el balón a B quien conduce el balón hasta la línea de fondo y le pasará la pelota hacia A para que remate a puerta. Cada vez cambiamos las posiciones de las parejas y después de unos minutos las posiciones de los dos grupos.



Paredes. Los jugadores avanzan realizando paredes al primer toque hacia la portería haciendo para la pelota entre los conos colocados de forma rectilínea en el terreno de juego. En cada ocasión tira a portería el jugador de la izquierda.



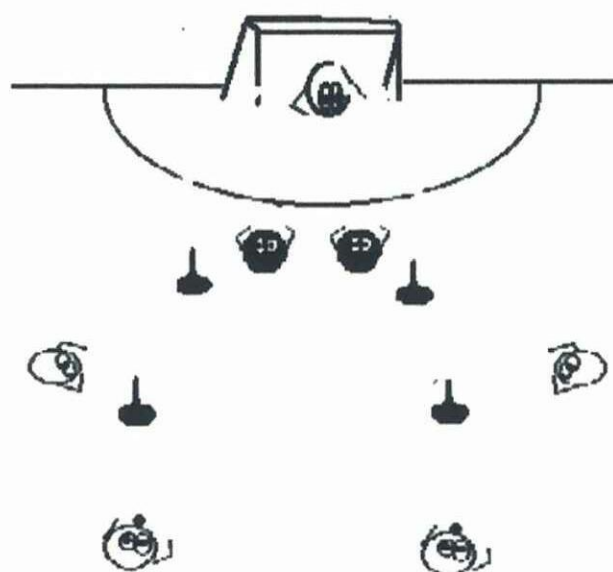
Los jugadores se colocan a 15 metros de la frontal del área sin balón. Es el portero quien inicia el ejercicio realizando un saque de portería con la mano o con el pie hacia el jugador que le toque intervenir. Este jugador debe controlar la pelota, conducirla tres toques y lanzar a puerta sin atravesar la línea de conos que tenemos delimitada en el espacio.



Los jugadores se colocan por parejas, uno situado en el interior de un cuadrado situado en la frontal del área y el otro colocado a 10 metros de él. El Jugador más alejado de la portería realiza un pase hacia su compañero, quien controlará se girará hacia la portería y rematará a puerta.



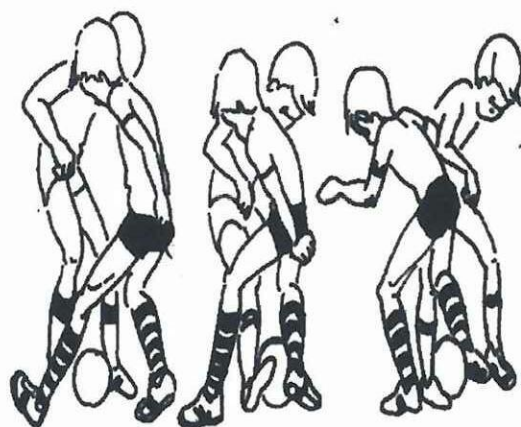
Los jugadores se distribuyen por grupos de tres y actúan uno en cada lado del medio campo para después de unos minutos intercambiar el grupo su lugar. El jugador A conduce el balón hacia la portería, al llegar al primer cono realiza una pared con su compañero B y continúa la conducción para buscar una segunda pared con C y tirar a puerta sin controlar la pelota.



Partido de Tiros. Los jugadores divididos en dos equipos realizan un partido a dos porterías. Deben intentar tirar a puerta en menos de cuatro toques entre todos los miembros del equipo, es decir, que al tercer jugador que toque el balón en cada jugada se tiene que tirar a puerta, si se realiza un cuarto toque la pelota pasa al equipo contrario.



### 3.6.9 LA HABILIDAD



Cuando hablamos de habilidad, nos referimos “los toques”, es decir, la capacidad de mantener el balón con más de dos toques a la pelota de forma que nos permita conservar el balón sin que nos lo quite el adversario.

Distinguimos dos tipos de habilidad:

A) Estática: Cuando el jugador realiza la habilidad en el sitio sin moverse o con pequeños movimientos de la pierna de apoyo.

B) Dinámica: Observamos jugador y balón en movimiento, es decir, desplazarse de un sitio a otro haciendo toques.

En nuestra etapa trabajaremos la habilidad como un recurso, porque como has podido observar en la planificación no está colocada en ningún día de entreno. Esto quiere decir que se puede trabajar cuando se considere apropiado, para calentar, mientras se colocan los ejercicios, como castigo, como penalización en un juego... eso si durante el año hay que trabajarla y observar una evolución en los niños (más o menos que consigan hacer más toques que el primer día de entreno)

### **3.6.9.1 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LA HABILIDAD**

La primera situación que proponemos, no es considerada habilidad propiamente, pero nos sirve para iniciar a los jugadores más jóvenes. Se trata de que realicen un toque con el pie y luego dejen botar la pelota en el suelo, para después volver a hacer otro toque al balón y dejarla botar, y así sucesivamente.



Cuando se tiene un cierto dominio de la habilidad con el pie se comienzan a introducir otras superficies de contacto, de forma que los jugadores realicen toques con el muslo, con la cabeza y combinado superficies de contacto entre sí.



Relacionado con este ejercicio, introducimos uno ya propio de la habilidad, consiste en realizar un toque al balón y dejar que bote en el suelo, dos toques al balón y un bote en el suelo, tres toques y uno bote y así sucesivamente hasta el número de toques que pretendamos realizar.



El puente. Se trata de que lo jugadores realicen la habilidad comenzando por un toque con el pie, un toque con el muslo, otro con la cabeza, y luego bajemos por la cama contraria engancho después del toque con la cabeza uno con el muslo de la cama menos hábil y otro con el pie. Al principio basta con esto pero a medida que lo dominan se les pide que enganchen dos o tres puentes seguidos sin que la pelota toque el suelo.



Hacer toques libres pero introduciendo algún tipo de distracción como dar un giro de 360 grados antes que el balón caiga al suelo, sentarse en el suelo, tocar el suelo con las manos,...



Realizar habilidad dinámica desplazándose por el terreno de juego libremente sin que el balón caiga al suelo.



Realizar un recorrido entre conos realizando habilidad dinámica introduciendo las superficies de contacto a trabajar.



Aunque no es considerada habilidad porque no se dan más de dos toques por cada jugador también podemos hacer toques por parejas, con el pie o con la cabeza, de forma que cada jugador de un toque alternativamente al balón y entre los dos

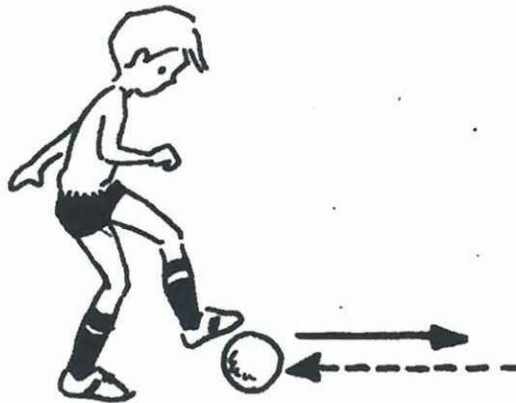
impidan que éste caiga al suelo. Cuando esto se domine pasamos a que realicen más de dos toques cada uno antes de pasarse la pelota.



117. Para los muy aventajados, los colocamos por parejas de forma que un jugador realiza habilidad con cualquier superficie de contacto y su compañero intenta quitarle la pelota.



### 3.6.10 EL PASE



Consideramos el pase como aquella acción que nos permite establecer una relación con los demás jugadores de nuestro equipo, mediante el envío del balón con un toque.

Para realizar un pase podemos utilizar cualquiera de las diferentes superficies de contacto con que nos es permitido jugar al fútbol y según la intención y potencia del golpeo con que efectuamos el pase obtendremos pases cortos, medios o largos en cuanto a distancia y altura y también pase hacia delante, hacia atrás, en horizontal, en diagonal...

Cuando se realiza el aprendizaje del pase es importante tener en cuenta unas consideraciones:

A) Un jugador parado quiere que le pasemos la pelota al pie, mientras que un jugador que está en movimiento quiere la pelota por delante de la carrera.

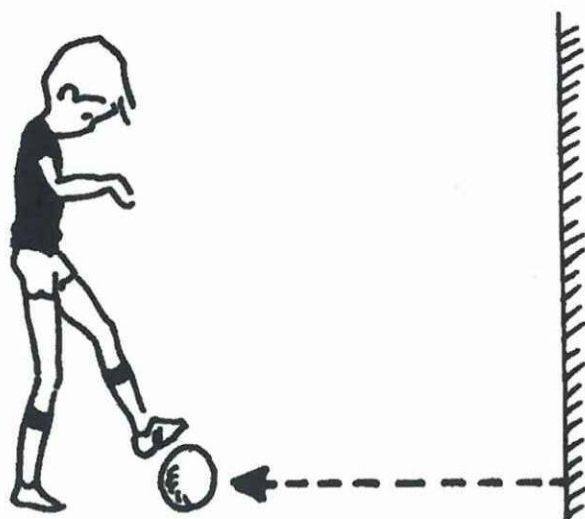
B) Es igual de importante la actitud del que realiza el pase (aplicando la dirección, potencia y altura necesaria para que llegue la pelota a su destino) como del jugador que debe recibir la pelota (no debe esperar que llegue sino ir al encuentro del balón)

### **3.6.10.1 EJERCICIOS PARA EL APRENDIZAJE DEL PASE**

Comenzamos por lo más clásico, colocando a los jugadores por parejas uno delante del otro a unos metros de distancia y realizan pases tal como el profesor explique. Importante las correcciones en esta serie de ejercicios ya que es fácil controlar a los jugadores con esta disposición de ejercicio.



Colocamos a los jugadores por parejas con un balón y uno a cada lado de una valla a 3 o 4 metros de distancia. Un jugador realiza el pase por debajo de la valla y el otro le devuelve la pelota por encima de la valla. También se realiza con el pase por los lados de la valla, cada jugador por un costado.

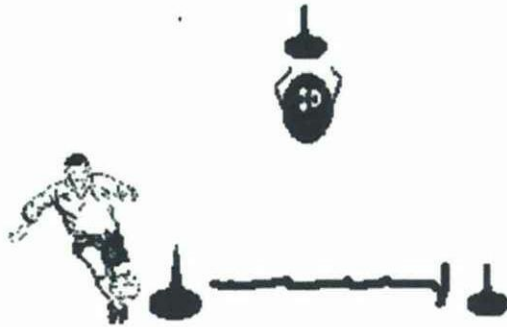


Los jugadores puestos por parejas se desplazan por el terreno de juego realizando paredes al primer toque o también controlando la pelota.

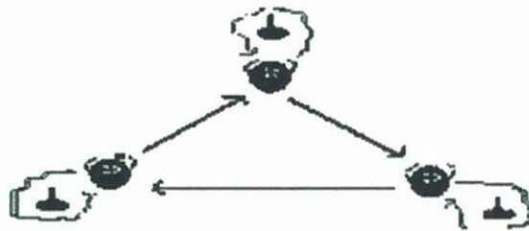


Los jugadores se colocan por parejas con un balón en dos conos tal como muestra el gráfico, dejando un tercer cono libre. El jugador con balón le pasa la pelota a su compañero y se dirige a ocupar el cono que está libre, su compañero controla y le devuelve el pase, ahora el segundo pasador marcha a ocupar el cono libre. El

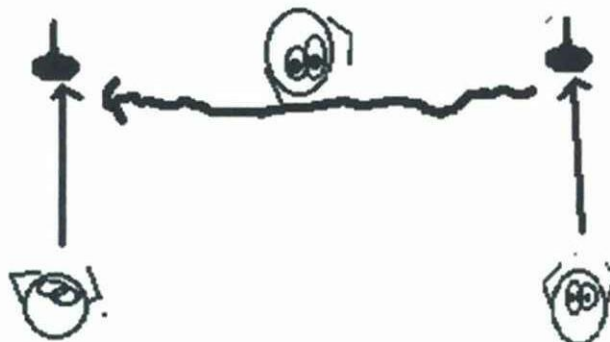
ejercicio se desarrolló de igual forma ocupando el cono libre cada jugador después de cada pase.



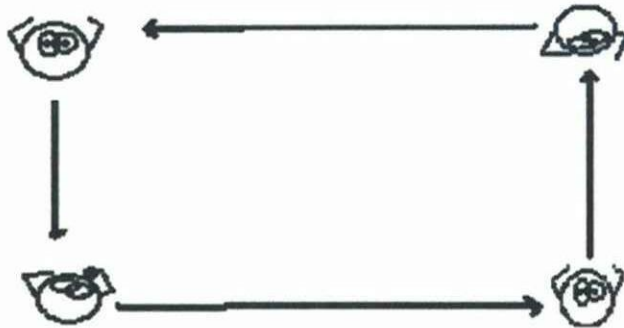
En grupos de tres formando un triángulo los jugadores se van pasando la pelota tal como haya indicado el profesor. Después de cada pase deben girar y dar la vuelta a un cono que tiene cada jugador a su espalda, volviendo rápido para recibir el nuevo pase.



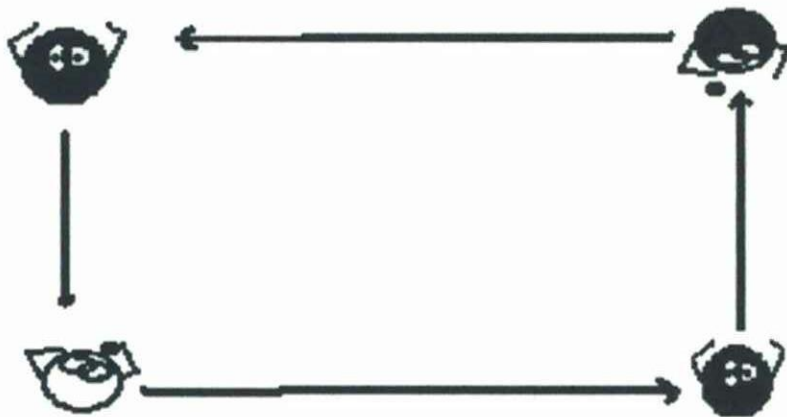
Los jugadores se sitúan tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador que está situado entre los dos conos recibe los pases de sus compañeros de forma que el pase de A corre al cono de la derecha y devuelve el pase hacia A, luego se va al cono contrario a recibir el pase de B.



Los jugadores se colocan en grupos de tres formando un cuadrado con todos los jugadores del equipo. El jugador con balón realiza un pase a su derecha y corre a ocupar la fila hacia donde realizó el pase. Cuando llega el balón al siguiente grupo se realiza el ejercicio de igual forma. (“ pase a la derecha y a ocupar la fila a donde se hizo el pase”)

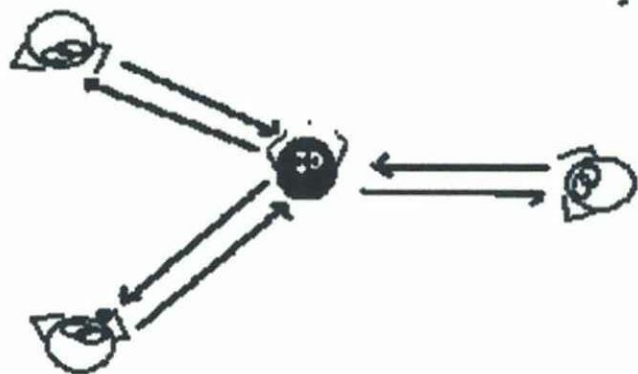


Los jugadores se colocan en grupos de cuatro con dos balones. Con el inicio del ejercicio el balón debe circular entre los miembros del grupo sin que un balón atrape al otro.

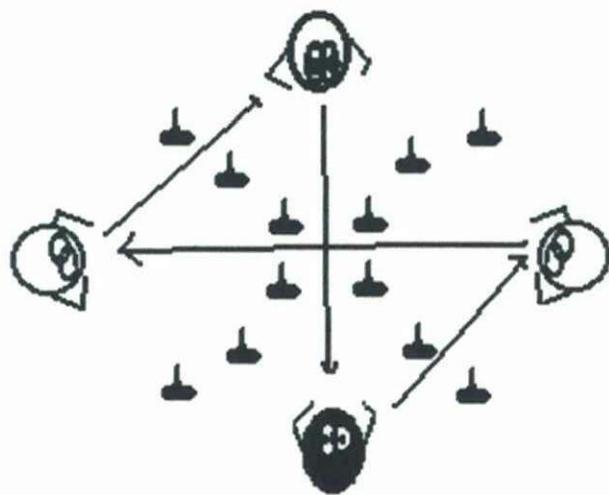


Los jugadores colocados en grupos de cuatro tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador B inicia el ejercicio pasando al jugador central quien le devolverá el pase a B, cuando B vuelve a tener el balón se lo pase a C por el exterior del triángulo. Cuando C tiene la pelota vuelve a pasar el balón hacia A quien le

devuelve y entonces C realiza en pase hacia D quien repetirá la misma acción. Cada dos vueltas cambiamos el jugador centro.



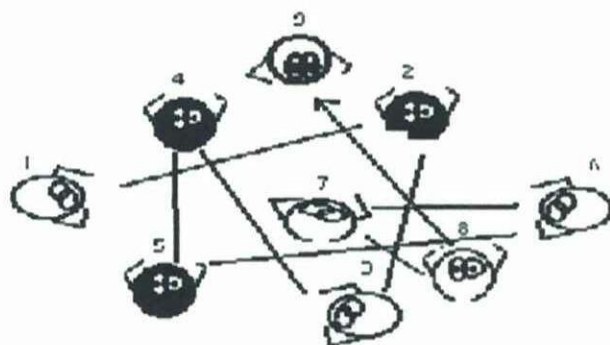
Los jugadores se colocan en grupos de 4 y se van pasando el balón entre ellos intentando que la pelota no toque ninguno de los conos que tenemos distribuidos por el terreno de juego tal como muestra aquí abajo el dibujo.



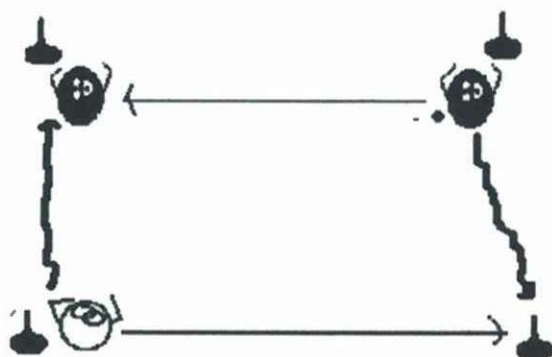
Formamos un círculo con todos los jugadores menos uno que se situará en el centro del círculo. Este jugador realiza pases sucesivos con sus compañeros (“pase hacia A quien le devuelve, pase hacia B...”) El ejercicio se puede hacer siguiendo un orden o dejando que el jugador centro pase a quien quiera.



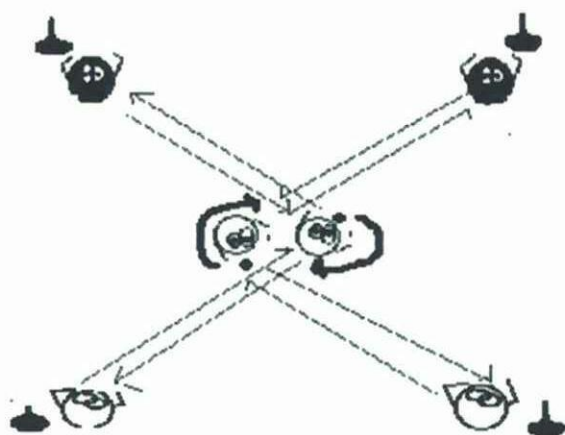
A cada jugador le asignamos un número y los distribuimos libremente por el terreno de juego, a la señal del profesor los jugadores deben pasar la pelota el compañero que tenga el número siguiente al suyo, es decir. El jugador que empiece conduciendo cuando escuche la señal deberá buscar al dos para pasarle, éste cuando reciba pasará al tres y así sucesivamente hasta que el balón vuelva al 1.



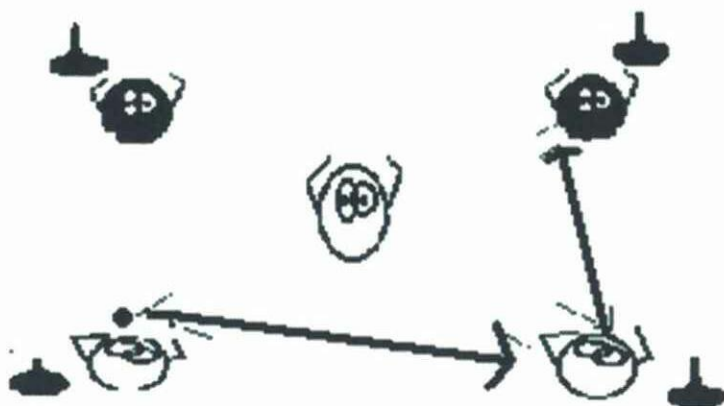
Los jugadores se sitúan en grupos de 3 y realizan pases siempre hacia la derecha. Después de cada pase cada jugador deberá ir a ocupar el cono contrario hacia donde realizó el pase.



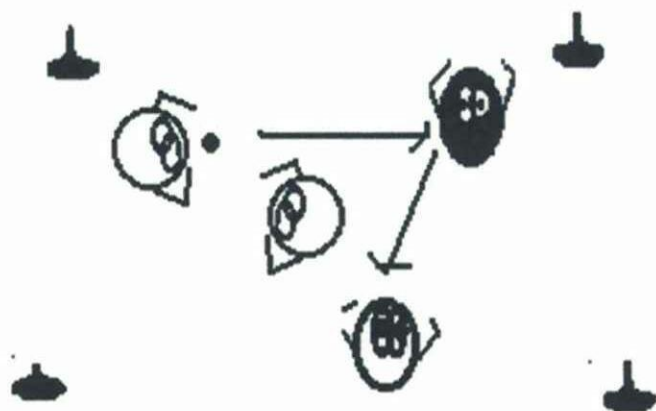
Los jugadores se colocan en grupos de 6 y se distribuyen de forma que haya un jugador en cada cono exterior y dos jugadores en los conos centrales. El juego se realiza con dos balones que situaremos uno en cada parte del campo tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador A y B realizan un pase hacia C y D respectivamente, quien controla y le devuelve el pase (esta acción se realiza al mismo tiempo en las dos mitades del grupo), cuando los jugadores centrales vuelven a tener el balón, giran sobre sí mismo y se orientan hacia el campo contrario donde hicieron el primer pase, para realizar un pase al jugador E y F respectivamente. El juego continúa durante unos minutos y luego cambiamos las posiciones.



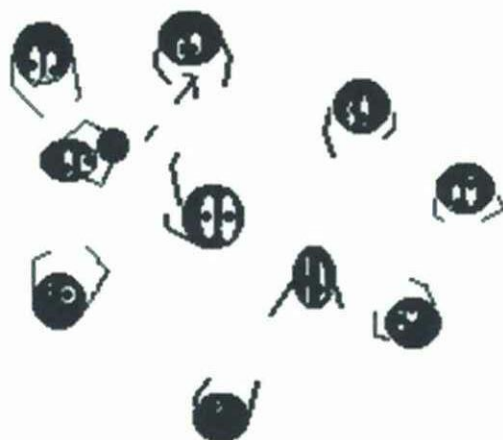
Realizaremos un rondo con cuatro jugadores exteriores y un jugador que intenta recuperar la pelota. Podemos variar el número de toques posibles por parte de los jugadores exteriores según el nivel de los jugadores.



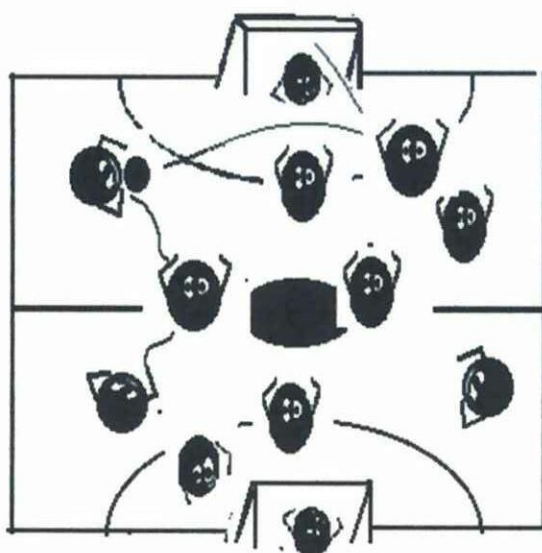
Rondo en movimiento 3 contra 1 de forma que en un cuadrado de 20 por 20 los jugadores pueden moverse libremente unos para conservar la pelota y el otro para intentar recuperarla.



Los diez pases. Formamos dos equipos que intentaran conseguir realizar diez pases seguidos entre los jugadores del mismo equipo sin que el equipo contrario consiga recuperar la pelota. Cada vez que lleguen a 10 reciben un punto.



**137.** Partido normal o de reducidas dimensiones en los que los jugadores están obligados a jugar en dos toques como máximo.



### 3.6.11 LA TÉCNICA DEFENSIVA

Dentro de este grupo de acciones técnicas, incluimos diferentes contenidos que por su forma de trabajo o por su relación entre sí hemos denominado técnica defensiva. Encontramos las siguientes acciones:

**A) La Interceptación:** Denominamos interceptación a la acción defensiva mediante la cual el jugador que está actuando como defensor, modifica o corta la trayectoria de un balón que estaba jugando el equipo contrario.

Al realizar esta acción la interceptación puede convertirse en otras acciones en función de cómo acabe nuestra acción. Si nos apoderamos del balón, decimos que hemos realizado UN CORTE; si nos adelantamos a la acción del contrario se produce UNA ANTICIPACIÓN; si alejamos la pelota de la zona de peligro tenemos UN DESPEJE; si cortamos ese pase y lo enviamos a un compañero nuestro obtenemos UN PASE; si solo cortamos el pase pero no nos hacemos con el balón tenemos UN DESVÍO...

En la realización de las interceptaciones debemos estar muy pendiente de :

- Estar muy atentos al juego y no perder de vista la pelota.
- Realizar nuestra acción y movimientos a máxima velocidad.

- Ser valientes para ir al contacto con el adversario
- Estar convencido que conseguiremos realizar lo que os proponemos.

**B) El Despeje:** Consiste en alejar la pelota de nuestra portería cuando nos hallamos en una situación comprometida de acoso por parte del equipo rival.

**C) La Entrada:** Con este nombre designamos a la acción que consiste en intentar quitarle la pelota a un rival que tiene la posesión para impedir que progrese con el balón. Para realizar una entrada utilizaremos las superficies de contacto del pie.

**D) La Carga:** Consiste en obstaculizar el avance de nuestro adversario intentando desequilibrarlo con nuestro hombre, entrando de costado hombro contra hombro.

Todas estas acciones técnicas deben explicarse cuidadosamente para que los niños entiendan que son los medios para conseguir recuperar la pelota y no como simple agresión al contrario en forma de patadas o zancadillas. Por lo tanto deben realizarse de forma correcta sin violencia pero con la suficiente valentía como para apoderarnos del balón.

### **3.6.11.1 EJERCICIOS PARA TRABAJAR LA TÉCNICA DEFENSIVA**

Otro aspecto que debemos trabajar en cuanto a la técnica defensiva es la situación del defensor cuando se enfrenta directamente en uno contra uno con el atacante. En estas acciones debemos explicar al jugador como debe colocarse para ofrecer al atacante su lado menos bueno (“es decir, si el atacante conduce con la pierna derecha debemos ofrecerle el lado izquierdo para que si tira a portería o intenta regatearnos lo haga con dificultad). También debe aprender el jugador a conducir a su atacante a posiciones poco favorables para él y beneficiosas para nuestro equipo (“quiere decir que debemos proteger nuestra portería y nunca dejarle esta

pasillo libre, debemos conducirlo hacia las bandas o el córner que son lugares menos peligrosos ). Situaciones de ataque y defensa: 1 atacante contra el portero



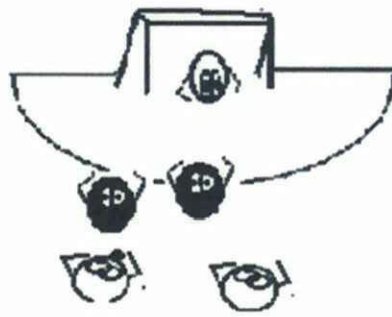
Situaciones de ataque y defensa: 1 atacante contra 1 defensor



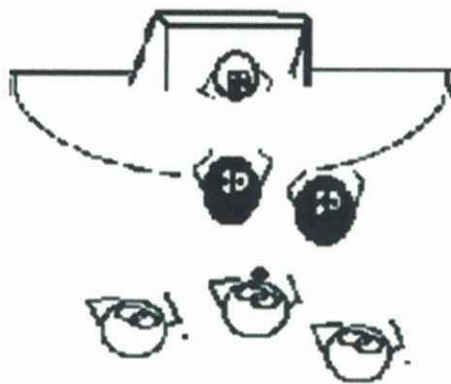
Situaciones de ataque y defensa: 2 atacantes contra 1 defensor



Situaciones de ataque y defensa: 2 atacantes contra 2 defensores

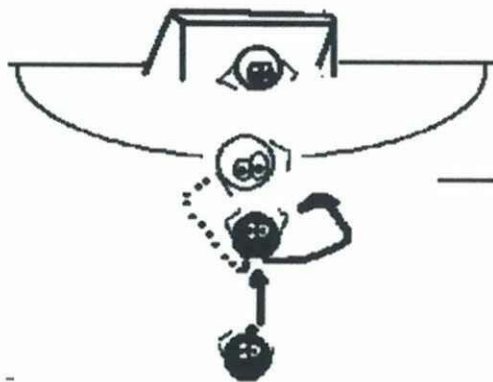


Situaciones de ataque y defensa: 3 atacantes contra 2 defensores

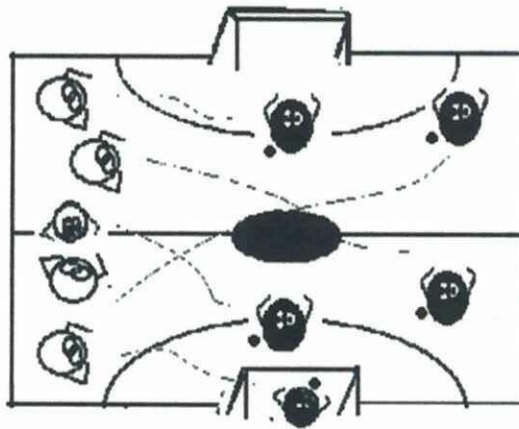


En estas situaciones es donde explicaremos y demostraremos este trabajo de técnica defensiva

Siguiendo la misma situación del ejercicio 139, colocamos a los jugadores en situación de marcar a portería. El jugador A intenta pasar hacia B, mientras el jugador C intentará evitar que le llegue el balón a B. Si B consigue la pelota deberá deshacerse de C para tirar a portería.



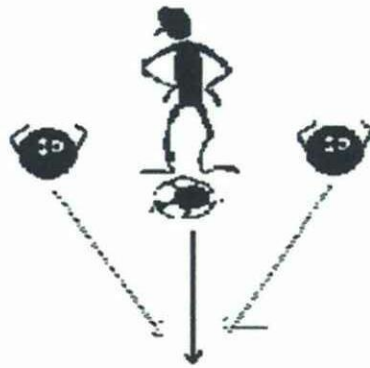
Los jugadores se sitúan por parejas con un balón. El jugador A conduce por el terreno de juego, a la señal del profesor, los jugadores B intentarán quitarle el balón a su compañero mediante entradas sin lanzarse al suelo.



Un jugador protege el balón mediante cobertura con la planta del pie mientras su compañero intenta quitarle la pelota con entradas, si se hace con la pelota cambian los puestos.



Los jugadores se colocan por parejas uno a cada lado del entrenador. Éste enviará la pelota hacia delante, cuando los jugadores vean el balón deben salir al encuentro de éste y tratar de hacerse con él. Recibe un punto el jugador que controle el balón.



### 3.4.2.1.4. RELAJACIÓN

Cada entrenamiento debe terminar con un periodo de enfriamiento. Esta fase del entrenamiento tiene dos componentes: Aminorar progresivamente con ejercicios poco energéticos y ejercicios de estiramiento.

Aminorar de manera progresiva con ejercicios poco energéticos acelera la recuperación y ayuda al cuerpo a retornar al reposo. Estos ejercicios comúnmente consisten en actividades rítmicas de músculos grandes que progresivamente disminuyen en intensidad por cuatro o cinco minutos. Por ejemplo, los participantes podrían comenzar por trotar ligeramente y de manera gradual empezar a caminar.

Ejercicios de relajación.

- Separar las piernas cruzar un brazo por detrás de la cabeza formando un triángulo, tomamos el codo con el otro brazo giramos la cadera y mantenemos esa posición por 5 segundos.
- Elevar los brazos hacia arriba ubicando una mano sobre la otra realizando insistencias hacia arriba.
- Tocar la punta de los pies con las manos sin doblar las rodillas y sin hacer demasiada insistencia.
- De dos apoyar las manos sobre los hombros del compañero, separando las piernas una adelante y la otra atrás realizar pequeñas insistencias hacia adelante
- Sentados juntar las plantas de los pies acercándolas a la cadera con el apoyo de las manos.

- Doblamos una pierna hacia adentro y la otra la extendemos y tocamos el tobillo con las dos manos.
- Nos recostamos de cubito dorsal y extendemos brazos y piernas con insistencia hacia arriba y hacia abajo brazos y piernas respectivamente.
- Recostados de cubito dorsal extendemos una pierna y la otra la encogemos hacia el abdomen con el apoyo de las dos manos 10 segundos y pasamos a la otra pierna
- Sentados separamos las piernas y realizamos insistencias hacia adelante enviando el tronco y brazos.
- Ubicar el cuerpo en posición de gateo con una rodilla elevada a la altura del abdomen.

#### **3.4.2.1.5. MÉTODO DE ENSEÑANZA.**

CON LOS NIÑOS.-

De 8 a 11 años de edad se recomienda que los ejercicios que se construyan sean desglosados paso a paso, partiendo de situaciones sencillas como el traslado del balón de una zona a otra, tratando de no encasillarlos en rutinas que les causen tedio o aburrimiento, y de que caminando realicen la ejecución. Se sugiere también el uso de las manos en el lanzamiento del balón, por parejas, haciendo la participación de los infantes más motivada. En los niños de 8 a 10 años las ejercitaciones deben hacerse tratando de que cada vez se vaya excluyendo la utilización de las manos, ya que a la edad de 11 y 12 años, se tiene la posibilidad de involucrar diversas formaciones más cercanas a situaciones reales de juego en el traslado del balón a ras del piso buscando un objetivo determinado.

### 3.5. PLAN OPERATIVO.

<b>OBJETIVO</b>	<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>EVALUACIÓN</b>	<b>INSTRUMENTO</b>
Socializar el respectivo proyecto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación del proyecto respectivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivación</li> <li>• Explicación del proyecto</li> <li>• Presentación del proyecto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Proyector</li> </ul>	<p>Interés por este importante proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha de Observación.</li> </ul>
Impartir Criterios de la importancia que tiene la práctica del Fútbol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importancia</li> <li>• Objetivos</li> <li>• Beneficios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivación</li> <li>• Aplicación del taller</li> <li>• Proyección de videos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computador</li> <li>• Proyector</li> <li>• Videos</li> </ul>	<p>Verificar la importancia que le dan al deporte los niños.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha de resumen.</li> </ul>
Explicar los diferentes fundamentos técnicos del fútbol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fundamentos</li> <li>• Técnicos del Fútbol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivación</li> <li>• Exposición</li> <li>• Proyección de videos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computador</li> <li>• Proyector</li> <li>• Videos</li> </ul>	<p>Comprobar el nivel de conocimientos en relación a los fundamentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Questionario.</li> </ul>
Aplicar los fundamentos técnicos del fútbol en el campo práctico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dominio</li> <li>• Conducción</li> <li>• Pases</li> <li>• Recepción</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivación</li> <li>• Explicación</li> <li>• Demostración</li> <li>• Ejecución</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balones</li> <li>• Conos</li> <li>• Chalecos</li> </ul>	<p>Aplique los diferentes fundamentos técnicos del fútbol</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha de Observación.</li> </ul>

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### Citada.

- (A.ULATOWSKI) Ulatt 1901 – 1979.
- BOSCO1990.blogspot.com/.
- ES.FIFA.com/world cup/index.html.
- www.kat.ph/an-evening-with-marlene-DIETRICH-1972-t5413.
- COSTILL - 1998 - Health & Fitness.
- www.FERNANDEZ 1997.com/page1.
- www.ebay.com/ctg/Black... WILMORE-1998.
- www.ebay.com/ctg/Cuentos... POMBO-1997.
- www.taringa.net/.../Cortázar---\_Documental-de-Trist\_n-BAUER-1994.
- www.com/pages/CECAP... MORENO-2001.
- www.DASILVAgriioletto.com/papers/\_Apunts\_GP.pdf.
- WWW.com/... BENAVIDES-AVENDAÑO/1178254575.
- www.com/BAUER (1994)

### Consultada.

- BRUGGMANN, B. (2008). “1000 ejercicios y juegos para el portero de fútbol”. Ed. Hispano Europea. Barcelona.
- MORA VICENTE, J. (1989). “Colección: Educación Física, 12 - 14 años”. Tomos del 1 al 6. Cabildo Insular Gran Canaria.
- PÉREZ ALMEIDA, J.O. y CARDONA NARANJO, M. (2010). “Unidad didáctica: El portero de fútbol. Parte preparatoria”. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 146. <http://www.efdeportes.com/efd146/unidad-didactica-el-portero-de-futbol.htm>
- PÉREZ ALMEIDA, J.O. y CARDONA NARANJO, M. (2010). “Unidad didáctica: El portero de fútbol. Sesión 2: Blocajes y recogidas de balón”. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 151.
- REAL DECRETO 46/1993, de 26 de marzo, por el que se establece el currículo de la educación primaria para la Comunidad Autónoma de Canarias.

- **LIC. ALFREDO. P. RIVERA. A.** guía didáctica de educación Física quito ecuador 2001.
- **PROF. HOMERO VALENCIA C.** proyectos para la formación de escuelas de futbol.
- **UNIVERSIDAD TECNICA DE COTOPAXI.** Módulo de futbol 2009.
- **GRAN ENCICLOPEDIA DE LOS DEPORTES** tomos I-II.
- **DICCIONARIO OCÉANO UNO** tomo I-II.
- **DICCIONARIO PACIFICO** tomo I.

### **Virtual.**

- [www.eldirectoriouniversitario.com](http://www.eldirectoriouniversitario.com).
- [www.efdeportes.com/efd63/futbolb.htm](http://www.efdeportes.com/efd63/futbolb.htm).
- [www.librosintinta.in/busca/sesiones-de...futbol.../start-20](http://www.librosintinta.in/busca/sesiones-de...futbol.../start-20).
- [es.wikipedia.org/wiki/Historia del fútbol](http://es.wikipedia.org/wiki/Historia_del_fútbol).
- [www.granfutbol.com/historia-del-futbol.html](http://www.granfutbol.com/historia-del-futbol.html).
- [www.entrenadornacional.com/tecnica...futbol](http://www.entrenadornacional.com/tecnica...futbol).
- [www.paguito.com/.../fundamentos\\_tecnicos\\_de\\_futbol.html](http://www.paguito.com/.../fundamentos_tecnicos_de_futbol.html).
- <http://www.efdeportes.com/efd151/unidad-didactica-el-portero-de-futbol-blocajes.htm>

# ANEXOS

# Escuela Fiscal Mixta “Félix Valencia”

## Ejercicios de calentamiento.

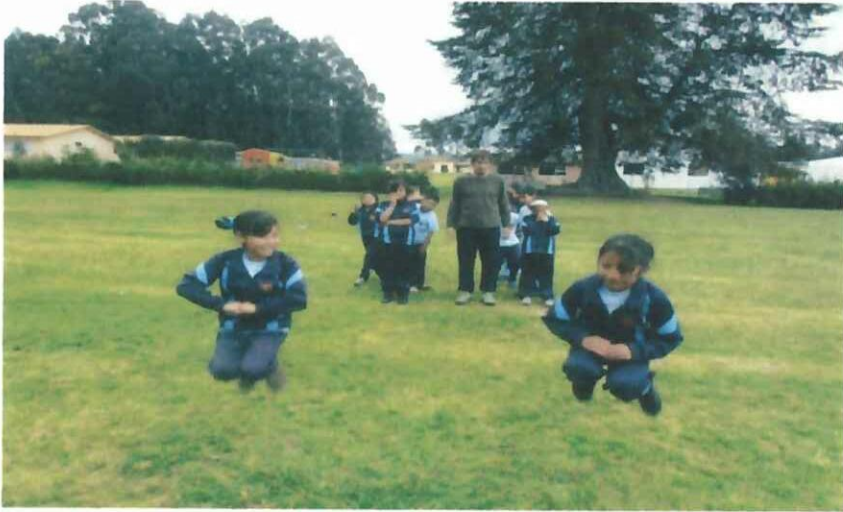


# Ejercicios de estiramiento.





# Ejercicios de fundamentos técnicos





## Ejercicios con diferentes superficies de contacto

