

**ESTRATEGIAS PARA FORTALECER LA COORDINACION VISO-PEDICA EN
LA CATEGORIA SUB 13 DEL CLUB DE VIDA ZOE**

DAVID BENÍTEZ RAMÍREZ

MARIA ALEJANDRA PÉREZ ROMERO

CRISTIAN MAURICIO CASTIBLANCO REYES

COORPORACION UNIVESITARIA MINUTO DE DIOS

LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

BOGOTÁ D.C.

2018

PROPUESTA PEDAGOGICA

TUTOR

MARIA CLAUDIA VARGAS

COORPORACION UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

BOGOTÁ D.C.

2018

Página de aceptación

Nota de aceptación

Presidente de jurado

Presidente de jurado

Jurado

Jurado

AGRADECIMIENTOS

Primeramente, queremos agradecer a la Corporación Universitaria Minuto de Dios por darnos la oportunidad de estudiar nuestra carrera profesional, también a cada uno de los maestros que estuvieron presentes en cada uno de nuestros objetivos profesionales y éticos, brindándonos a diario sus conocimientos y apoyo para seguir adelante día a día.

De la misma manera a a nuestra tutora María Claudia Vargas por la oportunidad de guiarnos, la paciencia y dedicación que presentó durante el proceso formativo de esta tesina.

Al Club de Fútbol Vida Zoe , profesor Roberto Piñeros y Yorlen Franco y sus hijos Manuel y Sharon, por permitirnos trabajar con la categoría sub 13 y así poder plantear el proyecto investigativo,

Por último, queremos agradecer a nuestros compañeros que gracias a su apoyo moral y trabajo en equipo nos ayudaron a desarrollar diferentes capacidades y habilidades necesarias para el crecimiento personal.

DEDICATORIA

A Dios por sobre todo, *Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita gracia y amor, Solo gloria a él.*

A mis padres Wilson y Nora gracias *por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, gracias por su amor y subiría y piedad.*

A mis familiares, mi hermana Laura, a mis abuelos y tías y demás que siempre me motivaron a perseverar en esta ardua carrera y dar lo mejor.

Finalmente a los amigos que me acompañaron cada etapa en este sueño gracias por motivar y llenarme de razones para seguir emprendiendo, ¡Dios les bendiga!

David Benítez Ramírez.

INDICE DE CONTENIDO

Contenido

1. IDENTIFICACIÓN Y CARACTERIZACIÓN DEL CONTEXTO INSTITUCIONAL	
Error! Bookmark not defined.	
2. DIAGNÓSTICO.....	3
2.1. Macro contexto	4
2.2. Mision:	4
2.3. Vision:	5
2.4. Micro contexto	5
3. PROBLEMÁTICA.....	6
3.1. Descripción del problema	6
3.2. Formulación del problema	7
JUSTIFICACIÓN.....	8
4. OBJETIVOS.....	9
4.1. Objetivo general	9
4.2. Objetivos específicos	9
5. MARCO TEORICO.....	10
Importancia del futbol en la educación infantil.....	
Implicaciones de las capacidades coordinativas en el futbol.....	
5.1. MARCO REFERENCIAL.....	13
5.2 Psicomotricidad.	14
5.3. Esquema corporal.....	15
5.4. Lateralidad.	Error! Bookmark not defined.
5.6 Marco legal.....	23
6. TIPOS DE INVESTIGACIÓN	24
6.1. La investigación cuantitativa	Error! Bookmark not defined.5
6.2. Método de la Investigación	Error! Bookmark not defined.6
6.2.1. Método de la observación	Error! Bookmark not defined.6
6.3. Fases de la investigación	Error! Bookmark not defined.7

7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	Error! Bookmark not defined.1
7.1. ¿Qué es un Test?	Error! Bookmark not defined.1
7.2 Test de Conducción de balón	Error! Bookmark not defined.1
7.3. Descripción del Test	Error! Bookmark not defined.2
7.4 Método de evaluación	Error! Bookmark not defined.2
7.5 Resultados	Error! Bookmark not defined.3
7.5.1. Técnicas de análisis de resultados	Error! Bookmark not defined.3
7.5.2 Interpretación de Resultados	Error! Bookmark not defined.4
8. TABLA DE DATOS CON MAYOR FRECUENCIA.	Error! Bookmark not defined.4
8.3. TABLA DE RESULTADOS FINALES Y ANALISIS	Error! Bookmark not defined.
8.3.1. GRÁFICA 2	Error! Bookmark not defined.
8.3.2. GRAFICA 3	Error! Bookmark not defined.
8.3.4. GRAFICA 4	Error! Bookmark not defined.
8.3.2 Tiempo con, sin balón y porcentaje por jugador.	41
Conclusiones	44
sesiones de trabajo	47
Bibliografía	58
Anexos	61
Fotos	

INTRODUCCIÓN

La actividad física en el ser humano ha llegado a ser parte primordial en la vida de este, a nivel general y específico como lo es el fútbol. En esta investigación se pretende demostrar la importancia del entrenamiento de la coordinación viso-pédica por medio de la conducción de balón en el Club Deportivo Vida Zoe, para mejorar no solo este gesto que es la coordinación, sino la calidad de la técnica mediano plazo con una buena intensidad de sesiones diarias.

Para esto, se empleó el test de coordinación 3js adaptado por el Licenciado Roberto Montes García, el cual quería hacer una evaluación de la coordinación con y sin balón; permitiendo identificar con mayor claridad qué niños poseen mejor coordinación viso-pédica, y una mejor conducción de balón.

Observado esto, se realizó el test de entrada, luego se pasó a la aplicación de una propuesta pedagógica cuya duración fue de 2 meses y una intensidad de 5 días de entrenamiento con sesiones enfocadas al mejoramiento de la conducción de balón y la coordinación viso-pédica.

Lo anterior permitió observar el desarrollo de las habilidades específicas en cada niño y así tabular el proceso de cada jugador, que permitió saber de manera específica cómo reaccionó cada niño a esta prueba de forma física y emocional. De la misma manera, se realizó un análisis a partir del test inicial y un test final después de un plan de entrenamiento.

IDENTIFICACIÓN Y CARACTERIZACIÓN DEL CONTEXTO INSTITUCIONAL:

Nombre de los estudiantes en práctica: David Benítez Ramírez, María Alejandra Pérez, Cristian Castiblanco.

Nombre institución donde realiza la práctica: Club de Futbol Vida Zoe

Dirección: Carrera 114B # 151C - 73 Almendros de Suba. 2.

Sede de entrenamientos: Principal Km 5.5 Vía Cota y Parque Éxito

Teléfono: (319) 3504619 - (319) 6303116

Localidad: Suba

Nombre del rector (a): Roberto Piñeros.

Nombre del coordinador (a): Yorlen Franco

DIAGNÓSTICO:**Macro contexto**

El Club de Futbol Vida Zoe está situado en Bogotá, exactamente en la localidad de Suba; la agrupación deportiva fue constituida por el señor Roberto Piñeros en el 2016. Inicialmente era enfocado como un proyecto futbolístico a manera de escuela, pero en el 2017 le dieron el aval de ser Club de futbol. Igualmente, cabe resaltar que dentro de sus visiones, pretenden tener un modelo pedagógico normativo en donde prevalezca la trasmisión de información para poner en práctica y generar un proceso de formación.

Con referencia a su clima organizacional, se puede decir que está muy bien estructurado al contar con oficina aparte y una casa club con el espacio para el material; también tiene su página web, óptima atención con los padres y se enfatizan en los valores para el jugador.

De la misma forma, El Club de Fútbol Vida Zoe cuenta con maso menos 120 deportistas distribuidos en varias categorías, la que intervenimos que fue la **infantil** y las demás que son cachorros, transición, pre infantil y juveniles; con la primicia que se está dando apertura a la categoría femenina. Así pues, cada categoría cuenta con su profesor que oscilan una media de 5 entrenadores; por otro lado, los estudiantes en su mayoría hacen pate de la localidad de Suba con un nivel socioeconómico de estratos uno al tres sin ninguna exclusión por este aspecto.

Ahora bien, El club participa en varios torneos a nivel local, nacional e internacional en países como Venezuela, dentro de los más importantes son *la Liga de Fútbol de Bogotá, La Pony fútbol, el Torneo Maracaná y Bombonera*. Por otro lado, la Escuela hace presencia en varios eventos donde se hace una inclusión entre padres de familia, profesorado y jugadores; de la misma manera cuenta con dos sedes, donde se realizan diversas competencias de índole deportivo.

Misión:

Somos un club deportivo de fútbol en busca de reconocimiento a nivel nacional, nuestro interés es ser protagonistas principales en los eventos deportivos en los cuales

participamos, generando entrenamiento adecuado, proyección, esparcimiento y recreación a los afiliados, contribuyendo así a la transformación cultural del entorno futbolístico y deportivo en general comprometido con los objetivos corporativos. Nuestra razón de ser son nuestros deportistas, proporcionando alegría, cultura, esparcimiento familiar a través de la práctica y los resultados deportivos (Club Vida Zoe, 2018)

Visión:

Para el año 2016 el club deportivo Vida Zoe F.C. será la entidad deportiva con gran reconocimiento local, seguido por algunos de los grandes clubes de Bogotá. Queremos entregarle a nuestros deportistas y a la afición un espectáculo que colme sus expectativas y le transmita emoción. Conformaremos equipos de formación y otros altamente competitivos con una mayoritaria participación de jugadores formados en nuestro club, lo cual nos permitirá ser actores permanentes de torneos locales, nacionales e internacionales en los cuales participemos.(Club Vida Zoe, 2018)

Micro contexto

En el Club de Fútbol Vida Zoe como se expresó, existen varias categorías, en este caso se que intervino en la infantil, cuyas edades oscilan entre los 12 y 13 que está constituida por 9 niños puesto que eran los que asistían los 5 días de entrenamiento semanales. Estos infantes tienen nivel socioeconómico variado, predominando el 1 y el 2, presentándose como característica común la falta de apoyo en el aporte de su implementación deportiva como el uniforme del club, las canilleras o los mismos guayos.

En cuestiones de necesidades motrices, una parte del grupo tiene ciertas fallas como conducciones de balón , pase, recepción, remate sus cualidades técnicas para el futbol pues el club Vida Zoe es la primera escuela de formación en la que entrenan específicamente el futbol; los demás ya tienen un proceso anterior en las categorías inferiores del club. Sin embargo, deben fortalecer estas técnicas, en esta categoría los niños demuestran un acople rápido y ameno dentro de la Escuela con su profesor, el acompañamiento de los padres con los niños no es muy general pues a partir de estas edades ellos asumen posturas displicentes con los jugadores, vivenciando su proceso autónomamente

Problemática

Descripción del problema

Durante diferentes sesiones de entrenamiento, se observaron falencias en cuanto a la coordinación viso-pedica en la mayoría de los participantes de la categoría sub 13 del club Vida Zoe , seguidamente se implementó un test de la coordinación viso-pedica que reafirmó esta problemática como los es la coordinación viso pedica afecta los gestos futbolísticos como los son, la conducción de balón el pase, el regate, el tiro al arco, los trabajos grupales, esto no solo se refleja específicamente en estas cualidades sino en los partidos que afronta la categoría.

De la misma forma, la intervención para fortalecer los fundamentos técnicos descritos varía en cada uno de los jugadores, sin embargo, entre los más comunes e importantes en el futbol están la conducción de balón, por lo cual se debe enfatizar en el desarrollo de este gesto. Igualmente, los anteriores profesores o entrenadores no implementaron la tarea de suplir la necesidad de esta categoría, evidenciándose la precariedad de la implementación de trabajos rigurosos que no poseen el sostenimiento

de estas habilidades desde la coordinación viso-pédica en cada jugador de la categoría sub 13 del club Vida Zoe.

Ésto ha generado consecuencias para el club porque para la categoría ya que no existe fortalecimiento en las técnicas individuales y grupales relacionadas con la coordinación viso-pédica y los procesos de los jugadores es obstruido porque no hay avance y proceso futbolístico, lo que no les permite su avance en categoría. También en los partidos se detecta que este problema de intervención es esta área por parte de entrenadores anteriores afecta el rendimiento individual del jugador.

Finalmente, estas problemáticas permiten apropiarse de las mismas y buscando soluciones e interviniendo para ver resultados futuros a corto, mediano y largo plazo ya que se tiene acción directa desde el pate laboral con la categoría sub 13 del club Vida Zoe.

Formulación del problema

¿Cómo el fútbol formativo aporta para el fortalecimiento de la coordinación viso pedica en niños de 13 años en el Club de Futbol Vida Zoe a través de actividades pre deportivas?

Justificación

La siguiente propuesta pedagógica se realiza con el fin de implementar sesiones de trabajo que desarrolle la coordinación viso- pedica el cual que pueda servir como apoyo para futuros entrenadores en el Club de Futbol Vida Zoe, ya que la intención de la propuesta es que quede como material de entrenamiento para el Club y específicamente en la categoría sub 13 que fortalezca esta problemática primaria

En contraste con lo anterior, esta propuesta pedagógica se realiza debido a que el Club de Futbol Vida Zoe relativamente está reciente en el mercado con casi 2 años de existencia, denotándose la falta de propuestas pedagógicas o sesiones de trabajo, cuestión que es imperativa; tampoco existen evidencias que denoten los avances y/o necesidades de los discentes. Es por esto que, estas sesiones de trabajo estará enfocado al fortalecimientos de diferentes habilidades que se pueden mejorar con el fortalecimiento de la coordinación viso pedica.

Simultáneamente, en esta investigación se pretende demostrar como el futbol formativo en edades tempranas puede fortalecer la coordinación viso-pedica y obtener jugadores de calidad; también a través de esta intenvencion se busca fotalecer el proceso de los jugadoes de la sub 13 en el Club de Futbol Vida Zoe, dejando así un precedente profesional basado en el entrenamiento y aporte en un determinado tiempo y con unos sujetos en específico.

Finalmente, se implementarán una serie de test que evaluarán e implementarán sesiones de entrenamiento en momentos específicos para la mejora de la coordinación viso-pedica beneficiando al Club de Futbol Vida Zoe y la categoría sub 13.

Objetivo general

Demostrar como el futbol formativo contribuye a la coordinación viso-pedica en los niños Sub 13 del Club Vida Zoe.

Objetivos específicos

- ✓ Evaluar el estado coordinativo de los niños del Sub 13 Club Vida Zoe por medio de una adaptación del test 3js.
- ✓ Implementar un plan de trabajo que fortalezca la coordinación viso pedica de los jugadores.
- ✓ Evaluar los resultados obtenidos en el test para que sean comparados con la coordinación viso-pedica a posteriori de la implementación del plan de trabajo.

MARCO TEÓRICO

Marco antecedentes.

1. Importancia del futbol en la educación infantil.

Sin duda alguna la asignatura de Educación Física y en especial la práctica del futbol tienden a ser concebidos con paradigmas erróneos, ya que lo ven únicamente como un elemento de “distracción” o como un “juego” que genera gusto en su inmensa mayoría por niños de género masculino.

De la misma manera, algunos padres de familia ven esta práctica como una actividad altamente peligrosa, inclusive es vista como una pérdida de tiempo según las acotaciones dadas por Sibaja (2003) quien indica que muchos acudientes la perciben como un ejercicio peligroso que promueve la violencia y causa lesiones graves en cuestiones físicas e inclusive de orden emocional.

Sin embargo, sus finalidades son muy diferentes a la inverosímil concepción que muchos padres tienen alrededor del futbol; por un lado Marín (2013) indica que esta práctica debe generar la convivencia ciudadana y buenos hábitos de vida en los niños.

De la misma manera, acuña que otra de las concepciones educativas en torno al futbol debería ser entendida como un “proceso competitivo, que tiene como fin el

rendimiento deportivo y, por ende, la adquisición, mantenimiento y perfeccionamiento de los componentes de la preparación deportiva” (Marín, 2013, p. 94)

Ahora bien, es claro que el fútbol está pensado como una competencia donde muchos pierden y un solo equipo gana, cuestión que no es muy fácil de asimilar por parte de los infantes e inclusive en los adultos cuando la derrota es el resultado del encuentro contra otro equipo que anhela la victoria.

Dicha cuestión la ratifica De Marziani (2008) el cual indica que “nadie juega para perder” y aunque pareciese fácil de asimilar, la realidad es distinta porque para nadie es un secreto que las derrotas futbolísticas en el caso de los adultos generan fuertes zipizapes, que tienen que ser mediados por entidades de seguridad para mitigar este flagelo que ha generado grandes caos socialmente.

Es por esto que, la práctica futbolística en los colegios debe ser entendida como una actividad lúdica y formativa, de sana competencia y de interacción sin generar disputas que lo único que deja como resultado es el maltrato físico, verbal y emocional entre los competidores.

De la misma manera los docentes y padres deben “inculcarle a sus alumnos, hijos o niños a cargo, que son muchas más las veces que se pierde que las que se gana; de hecho, uno solo es campeón, el resto se queda en el intento. (De Marziani, 2008, p. 30)

Las anteriores acciones por parte de los respondientes de los infantes son taxativas para formar futuros competidores en la cancha, debido a que ellos en el futuro deberán controlar sus emociones cuando la derrota invada a su grupo deportivo en una confrontación futbolística; para que de esa manera, aprendan a perder y logren encontrar mejores estrategias que les traiga consigo óptimos resultados en futuras oportunidades.

Y es que precisamente el niño en un estado inicial ve al fútbol como un juego, pero luego cuando se convierte en un aficionado, ve dicha práctica ya como una competencia. Este fenómeno se da porque dicho deporte actualmente tiene implicaciones

capitalistas, sociales e inclusive políticas muy fuertes en casi todos los contextos universales.

En contraste, es fácil visualizar que existen grandes ligas deportivas dedicadas a esta práctica, donde los jugadores de alto rendimiento se ven prácticamente sometidos, ofertados y vistos como un elemento capital; convirtiéndose en un negocio muy lucrativo para los dueños de los equipos, patrocinadores, entrenadores y naturalmente para los jugadores que saben muy bien los beneficios que ganarían si obtienen la victoria recurrentemente.

A raíz de ello, muchos padres quieren ver convertidos a sus hijos en grandes futbolistas, “educándolos” desde pequeños en esta práctica en escuelas que se dedican a este oficio. Sin embargo, existen conductas inadecuadas “En los ámbitos del fútbol infantil, porque puede observarse con alta frecuencia los comportamientos de ciertos padres ansiosos y descontrolados que expresan en un ocasional encuentro deportivo apelando a los gritos durante toda la disputa del partido” (De Marziani, 2008, p. 33)

Dichas prácticas inadecuadas solo generan tensión, distorsión ante la calidad del juego que conllevan a grandes controversias que terminan en ocasiones en la muerte; es por esto que, el padre al igual que el docente, debe encontrar estrategias que doten al estudiante sobre los principios éticos de la práctica del fútbol. A su vez, deberá generar estrategias que ayuden a mejorar su desempeño físico en la cancha para poder ayudarlo a tener un rendimiento de calidad en los encuentros deportivos.

2. Las capacidades coordinativas en el fútbol.

El fútbol al ser una práctica mancomunada, exige que todos sus jugadores estén cohesionados en cada uno de sus movimientos; es por esto Cevallos (2016) la destaca como un elemento vital para llegar a la victoria; en donde la precisión, la regulación

motora y el ahorro de energía se convierten en pilares fundamentales para lograr los objetivos de la jornada.

De la misma manera, la autora resalta que si un grupo de jugadores posee altas capacidades coordinativas, ellos podrían “(...) adquirir de una forma racional, destrezas deportivo – técnicas procedentes de otras modalidades, que se puedan aprovechar por ejemplo, para la condición física general y para el entrenamiento compensatorio” (Cevallos, 2016, p. 19).

Igualmente, dentro de los factores incidentales para mejorar los niveles de coordinación según Polischuk (2005) están la percepción multilateral, el análisis de los movimientos y la interacción que tiene el jugador individual con su equipo. También se ven implicados la

(...) sensibilidad muscular articular como el factor básico que asegura la eficacia de los impulsos aferentes, se ha de indicar la selectividad de su formación, que corresponda estrictamente a la específica de la modalidad del fútbol en concreto y a la riqueza técnica del deportista (Cevallos, 2016, p. 20)

Sintetizando, dentro de los factores incidentales que repercuten en la ejecución de las actividades coordinativas se encuentran ligados los movimientos intramusculares, la reacción de las capacidades motoras y la sinergia que puede experimentar el cuerpo en el momento de la práctica deportiva.

Marco referencial.

1. Concepto y tipos de coordinación y equilibrio aplicados en la Educación Física

Respondiendo a la necesidad de encontrar estrategias para mejorar el desempeño del fútbol en la cancha, se evidencia que cualquier práctica deportiva física como es el fútbol, requiere dos elementos imperativos, el primero denominado coordinación y el segundo el equilibrio; ambos a su vez son entendidos como cualidades motrices que “son las responsables del control del movimiento y están relacionadas con el concepto de habilidad motriz” (Redondo, 2010, p. 1)

Según Risco (citados por Conde, Martín y Garófaro, 2002). La coordinación es entendida como “la capacidad de hacer intervenir armoniosa, económica y eficazmente los músculos que participan en la acción, en conjunción perfecta con el espacio y el tiempo.”(p. 35). Cuestiones que entre otras, son necesarias para adquirir destrezas óptimas para la práctica deportiva del fútbol. ´

Igualmente, la coordinación según Robles (2008) es un factor importantísimo para la localización espacial del individuo, ya que brinda respuestas direccionales precisas. Éstas a su vez están supeditadas al desarrollo biológico que cada individuo tiene de sus sentidos físicos e inclusive de carácter kinestésico, para desarrollar óptimamente los movimientos con precisión y agudeza en el momento de realizar alguna clase de actividad física.

Por su lado, Manno (1991) indica que los componentes básicos de la coordinación son los siguientes: Capacidades de dirección y control que abarcan la dirección y la discriminación, al igual que la del equilibrio; por otro lado están las capacidades de adaptación a nuevas situaciones con los elementos de ritmización y reacción.

De la misma forma, la coordinación, se deben tener en las conexiones de orden neurológico dadas en el sistema nervioso, al igual que “el dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad” (Neus,et al., 2007, p.118)

Igualmente, la coordinación es vital para el mejoramiento del sistema nervioso y el afinamiento de las sensaciones y percepciones básicas del alumnado en este caso, lo cual involucra las percepciones motoras y el desarrollo de las habilidades físicas.

En contraste, Neus, et al (2007) en sus aportes generales, indican que la coordinación dinámica general incluye

(...) movimientos globales que comportan un desplazamiento en el espacio de todas las partes del cuerpo: rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, encaramarse, treparse, etc. Y los segmentarios en los que interviene solo el desplazamiento de una parte o área corporal, inhibiendo los demás (pág. 118)

Precisamente ahondando en el tema del desarrollo biológico y su relación con la coordinación, Robles (2008) indica que mientras el individuo va evolucionando en su ciclo natural de vida, éste va potenciando “(...) movimientos más precisos, más localizados. Las coordinaciones más precisas y en general se establecen a los seis años, aunque es razonable encontrar aún en ese período, algunos movimientos agregados, que son aislados y se llaman sincinesias” (p.139)

Con lo anterior, queda claro que el desarrollo de la coordinación se logra potenciar en la infancia primordialmente y que es precisamente en esa edad donde el educador físico debe brindar una serie de estrategias que ayuden a mejorar las habilidades motoras en actividades como el fútbol, que sirven para ayudar a mejorar estos componentes.

De la misma forma, la enseñanza de la Educación Física debe dotar a los niños el mayor número de “patrones motores posibles con los que puedan construir nuevos esquemas de movimiento y desarrollar correctamente las habilidades motrices básicas” (Abardía, 2012, p.6) Donde el equilibrio juega un papel fundamental porque de ahí se devienen los demás movimientos del cuerpo.

Es por esto que, en los procesos pedagógicos se deben implementar y organizar teniendo en cuenta una línea estructurada de aprendizajes que ayuden al discente a su pleno desarrollo de estas habilidades, teniendo en cuenta el nivel de aprestamiento que cada uno tenga, ya que es un error creer que todos van a poder responder de una manera homogénea en cuestión de resultados de una práctica deportiva.

Ahora bien, conceptualizando el término de equilibrio, Lázaro (2000) la define como el resultado de “distintas integraciones sensorio-perceptivo-motrices que -al menos en una buena medida- conducen al aprendizaje en general y al aprendizaje propio de la especie humana en particular” (p.80)

Igualmente, hay que tener en cuenta que si alguna de ellas falla, podrían presentarse perturbaciones para lograr los objetivos específicos en una actividad física, de ahí su importancia de ser implementada en los planes de estudio y estructuras metodológicas de la enseñanza de la Educación Física.

Cabe resaltar que existen varios tipos de coordinación, dentro de ellas se encuentra la óculo- segmentaria o llamada óculo motriz, ésta a su vez está dividida en una bipartita denominadas óculo manual y coordinación óculo pédica; su importancia es vital ya que es esencial para

(...) el desarrollo y dominio del cuerpo desde los más generales hasta aquellos movimientos de carácter fino como ser la escritura. Asimismo en la psicomotricidad, esta manifestación hace referencia a la facilitación de ciertos patrones de conducta que serán de gran valor para el actuar diario, mediante la relación de la vista y el movimiento corporal en actuación simultánea. (Revilla, Gómez, Dopico y Núñez, 2014)

Para trabajar este tipo de coordinación, se requiere de la constante ejercitación de prácticas deportivas como son los juegos de lanzar y recoger objetos y actividades de puntería; esto se justifica en el hecho en que se

(...) debe tener en cuenta la relación con los movimientos de las manos, los reflejos y el tiempo adecuado para obtener el objetivo que sería en este caso atraparlo con la mayor precisión, el tiempo y la distancia van de la mano, a la hora de visualizar el elemento que puede ser una pelota” (Rodríguez, Burgos y Parrado, 2015, p. 16)

También es importante reconocer que la adquisición de una buena coordinación viso motora a una temprana edad porque posibilita al niño el mejoramiento de sus

emociones y de autocontrol el autocontrol, por ende toda actividad que tenga implicado el movimiento armónico, mejora su desempeño psico- motor.

Con lo anterior, es correcto indicar que las actividades óculo segmentarias desarrollan al máximo las posibilidades de reacción del alumnado mediante manipulaciones, prensiones, lanzamientos y recepciones de objetos con total facilidad de movimientos. Como bien se ha visto, existen diversas formas de trabajar la coordinación, sin embargo en este caso se centrará la atención en la coordinación intergrupala aplicada en la práctica futbolística, que es un juego de conjunto que requiere el ajuste y coordinación con gran precisión entre todos los componentes del equipo.

Con la práctica de actividades coordinativas, el futuro jugador va mejorando su motricidad básica, afinando sus gestos y segmentos a todas las posibilidades del objeto que se mueve: el balón de fútbol. De la misma manera, aprende a situarse en el espacio con una precisión temporal adecuada. Simultáneamente se da el concepto de *coordinación intergrupala inespecífica* que alude cuando se trabaja correctamente de manera mancomunada entre varios jugadores con el objetivo de conseguir un fin no específico del puesto, utilizando o no un el elemento móvil.

2. Las capacidades coordinativas en el futbol.

El futbol al ser una práctica mancomunada, exige que todos sus jugadores estén cohesionados en cada uno de sus movimientos; es por esto Cevallos (2016) la destaca como un elemento vital para llegar a la victoria; en donde la precisión, la regulación motora y el ahorro de energía se convierten en pilares fundamentales para lograr los objetivos de la jornada.

De la misma manera, la autora resalta que si un grupo de jugadores posee altas capacidades coordinativas, ellos podrían “(...) adquirir de una forma racional, destrezas deportivo – técnicas procedentes de otras modalidades, que se puedan aprovechar por

ejemplo, para la condición física general y para el entrenamiento compensatorio” (Cevallos, 2016, p. 19).

Igualmente, dentro de los factores incidentales para mejorar los niveles de coordinación según Polischuk (2005) están la percepción multilateral, el análisis de los movimientos y la interacción que tiene el jugador individual con su equipo. También se ven implicados la

(...) sensibilidad muscular articular como el factor básico que asegura la eficacia de los impulsos aferentes, se ha de indicar la selectividad de su formación, que corresponda estrictamente a la específica de la modalidad del fútbol en concreto y a la riqueza técnica del deportista (Cevallos, 2016, p. 20)

Sintetizando, dentro de los factores incidentales que repercuten en la ejecución de las actividades coordinativas se encuentran ligados los movimientos intramusculares, la reacción de las capacidades motoras y la sinergia que puede experimentar el cuerpo en el momento de la práctica deportiva.

3. La coordinación viso-pédica en el fútbol

Dentro de las prácticas deportivas existe un factor vital para el pleno desarrollo de dichas actividades, en este caso se aborda el término de coordinación viso-pédica, también llamada óculo-pédica, que alude a la coordinación que existe entre el ojo y el pie, donde este último elemento del cuerpo, sirve como elemento fundamental (en el caso del fútbol) para la conducción del balón, manejo de destrezas tales como la agilidad- agudeza y el salto de los obstáculos que se presentan en la cancha.

Por su parte Mayorga y Mejía (2013) la clasifican dentro de las actividades coordinadas específicas que trabajan la “relación entre el sentido de la vista y las extremidades inferiores en una acción determinada” (p.24) Esto a su vez está ligado a la coordinación que existe entre estas partes y el cerebro quien es el encargado de enviar los estímulos a todas las partes del cuerpo.

Precisamente, Arenas y Arteaga (2015) la definen como una “Capacidad neuromuscular para elaborar una acción motora de manera armónica, precisa y ordenada con el pie” (p, 40) lo que quiere decir que la coordinación viso-pedica está estrechamente relacionada con los procesos neurobiológicos del cuerpo.

Y es que precisamente la asociación que existe entre la coordinación óculo-podal con el sistema nervioso (SN) es directa, ya que por medio de ella según Arenas y Arteaga (2015) el hombre recibe toda la información, la cual se encarga de controlar y coordinar las respuestas, ejecutando las acciones que determinan el funcionamiento de los movimientos y comportamientos del ser.

De la misma manera el “cerebelo se encarga de integrar las vías sensitivas y vías motoras permitiendo regular los movimientos precisos, el equilibrio, la postura y el aprendizaje motor” (Arenas y Arteaga, 2015, p. 42) A raíz de ello, todo el SN y en especial el cerebelo son las partes internas de regular y optimizar la coordinación viso-pedica, de ahí que se hable de la relación entre la neurología con el componente de investigación de la presente tesina.

4. Psicomotricidad en la infancia y aplicabilidad en el fútbol.

Durante las diversas etapas de la infancia, el proceso de psicomotricidad juegan un papel fundamental en el desarrollo integral, lo anterior es ratificado por Guasp (1986) afirmando que “el niño mantiene un contacto con el exterior sirviéndose de su cuerpo y del movimiento del mismo. Los tres campos que configuran las posibilidades de formación del niño son: El cognoscitivo, afectivo y el psicomotor” (p. 209)

Por su cuenta Vayer y Pics (1969) indican que la psicomotricidad surge como una acción pedagógica que repercute en la enseñanza de la Educación Física, en aras de normalizar o mejorar el comportamiento del niño; este concepto

(...)nace a principios del Siglo XX, fruto del trabajo de distintos autores como por ejemplo Vayer, Le Boulch o Dupré (...) Luego diversos investigadores de distintos

autores de la psicología evolutiva, entre ellos, se destaca Wallin, que pone de manifiesto la relación entre los aspectos motrices del desarrollo y la adquisición de la madurez psicofísica (Pérez, 2004)

Para López (2013) La psicomotricidad es entendida como una tendencia con “ objetivos y medios propios que la definen y que giran en torno al conocimiento, control corporal, el equilibrio, el tono, la coordinación, las percepciones espaciales y temporales, la lateralidad están en un marco de globalidad del ser humano”(p. 5) Es por esto que la psicomotricidad hace parte vital para el mejoramiento y entendimiento de los movimientos que se desarrollan en el fútbol; por ende se hace imperativa la implementación de este componente para mejorar la capacidad viso-pédica del alumnado.

5. Esquema corporal.

Otro de los componentes a estudiar es el cuerpo en su estructura morfológica, en todas sus partes tangibles, según Le Boulch (citado por Pérez 2005) especifica que “El conocimiento inmediato y continuo que nosotros tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o movimiento, en relación con sus diferentes partes y sobre todo en relación con el espacio y los objetos que nos rodean”. (pág. 1)

Con lo anterior, es evidente que el cuerpo tiene una relación kinestésica con su entorno por inercia, el cual tiene una adaptación al entorno; dicho esquema corporal va evolucionando a medida que el infante aprende a tener una posición por su cuenta y así va mejorando, empezando por el gateo, luego con el equilibrio al estar de pie para posteriormente aprender a caminar.

6. Lateralidad.

Uno de los aspectos que más repercute en el desarrollo de las destrezas motoras del niño es la lateralidad, este concepto según Tepán y Zhingri (2010) es comprendido como

(...) un predominio motor relacionado con las partes del cuerpo, con mayor frecuencia se hace referencia al predominio de una mano sobre la otra, por ser lo más manifiesto, pero se deben tener en cuenta también las extremidades inferiores y los órganos sensoriales de la vista y el oído (p.15)

Lo que da a entender que las relaciones neurolingüísticas del cuerpo, al igual que la cohesión que existe entre cada una de las partes del cuerpo son vitales para el desarrollo óptimo de las capacidades sensoriales en el momento del juego, en este caso del fútbol.

Por otro lado, el cerebro es el órgano que alberga el tipo de la lateralidad, que de manera escueta es entendida como la bipartita en la que está dividido gran parte del cuerpo; ya que todos cuentan con dos piernas, dos manos, dos ojos, dos pulmones y dos partes del cerebro que se dividen en hemisferios a su vez.

Sin embargo cabe resaltar que el hemisferio izquierdo es más “dinámico” en cuestiones de destrezas psicosenoriales, quizás por las características morfológicas que tiene, y aunque los estudios todavía son un poco ambiguos, si es importante reconocer que el desarrollo de la lateralidad es importante para los procesos de coordinación e inclusive en procesos de lecto-escritura.

Ahora bien, dentro de los procesos de lateralidad, un pilotaje desarrollado por Mayolas, (2010) a 170 niños entre los 6 y los siete años con todas sus capacidades motoras óptimas, en el que se les valoró por medio de unas pruebas físicas su desarrollo de lateralidad, para determinar si es zurdo, diestro o ambidiestro; ya que apartir de ello, se puede concretar sus fortalezas y habilidades psicomotrices y de ubicación espacial que lo acompañarán el resto de su vida.

Dichas pruebas están divididas por sentidos, en el que se pone a prueba la forma en la que el niño reacciona ante una serie de ejercicios físicos y sensoriales que van desde el equilibrio, impulsos, desarrollo visual y limitaciones de sentidos para evaluar la reacción que toma el cerebro y así, determinar el grado de desarrollo de la lateralidad corporal de cada individuo.

Igualmente, es pertinente aclarar que estas actividades aunque pareciesen un baladí, son de suma importancia, ya que por medio de ellas, se pueden valorar el nivel de coeficiente de lateralidad (CL) de manera cuantitativa y así determinar el grado de lateralidad en diversas partes del cuerpo.

De la misma manera, los docentes deben resolver una serie de cuestionamientos que van ligados precisamente con el pensamiento matemático, de lenguaje y de creatividad en orden de relevancia desde el criterio subjetivo de cada educador, donde su papel es el de evaluar el grado de lateralidad para determinar si es homogénea la cual depende del grado de discriminación de cada uno de los ejercicios.

Su modo de evaluación se valora por medio de datos estadísticos, en el que se aglutinan una serie de resultados de los ejercicios, lo cual le da mayor verosimilitud a los resultados al tener un enfoque científico y poco especulativo. Adicionalmente, cada prueba empleada en los pupilos va desde ejercicios básicos como el análisis de su producción textual, para identificación de problemas de coordinación para el mejoramiento deportivo e inclusive se ven afectados como se mencionó posibles problemáticas del lenguaje como la dislexia, discalculia, dislalia y problemáticas de atención en clase, que si bien son necesidades del habla, se transfiguran en la práctica del fútbol ya que la reacción del cuerpo está supeditada a las reacciones que emite el cerebro.

De manera abracadabrante, las evidencias demuestran que tan “sólo el 45,3% del total de la muestra tienen una lateralidad homogénea (diestros o zurdos a nivel de miembro superior, de miembro inferior y ocular” (Mayolas, 2010) lo cual indica que no es tan recurrente los fenómenos de alteración de dicha homogeneidad; de hecho el resultado demuestra que

(...) el 54,7%, la tienen no homogénea (cruzada o no confirmada). En nuestra muestra, de los homogéneos un 42,4% son diestros frente a un escaso 3,0% que son zurdos. El porcentaje de niños cruzados a los seis-siete años coincide con el porcentaje de niños diestros, un 42,4%. Casi la mitad de los niños con lateralidad cruzada la tienen a nivel ocular, un 21%, frente a un 10,6% que la tienen a nivel podal y otro 10,6% a

nivel manual. Finalmente, la lateralidad no confirmada (con ambidestras) se da en un 12,4% del total de la muestra. (Mayolas., 2010)

Con esto queda claro que la mayoría de los niños, si se toma como referencia este estudio, presentan características poco convencionales a las que quizás se esperan, haciendo reflexionar al quehacer docente en el aula en temas de comprensión y de razonamiento abstracto dadas a las características neuropsicológicas que se presenta en cada caso.

En cuestiones de aprendizaje, la medición arroja que “la mayoría de los niños con aprendizaje positivo tienen una lateralidad homogénea (el 64,5%) frente a una mayoría de niños con aprendizaje negativo que tienen lateralidad no homogénea (el 55,8%)” (Mayolas., 2010) la cual ratifica que efectivamente los infantes presentan un gran abanico de posibilidades en su desarrollo en cuestiones de lateralidad en cada una de sus flexiones.

Llegados a este punto, uno de los aspectos que más llama la atención es que los niños *homogéneos zurdos*, presentan problemas de atención en la escuela y su rendimiento académico no es el mejor, también tienen debilidades en el momento de aprender a escribir, cuestión que no es un resultado fortuito, sino que concuerda con los test que se plantean, dándole coherencia y credibilidad a lo expuesto en el corpus.

Sin embargo, no son estos los que tienen mayores problemáticas, sino son los *cruzados* porque tienen las mismas discrepancias que los zurdos y a la postre se le suman también dificultades en la asimilación de contenidos de orden lógico- matemático.

Con respecto a los ambidestros, “vemos que están mejor valorados que los cruzados y que los zurdos, siendo creativos y teniendo una buena comprensión lectora, eso sí, les cuesta atender en clase, todo ello con respecto a los diestros” (Mayolas., 2010) trayendo como inferencia que, efectivamente la lateralidad sí es un factor importantísimo que determina la capacidad receptora y de concentración que afecta directamente los procesos de coordinación en la práctica deportiva, cuestiones que son claves para llevar un buen ritmo de trabajo en la cancha.

Marco legal

En la Constitución Política de Colombia, en algunos artículos donde se destaca la educación y el deporte como parte de su desarrollo.

el artículo 52 hace referencia a la importancia del deporte:

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas. Durante su trayectoria jurídica internacional, el Estado colombiano ha venido suscribiendo tratados y convenios internacionales en materia de niñez y de familia que promocionan, orientan y fijan procedimientos para el reconocimiento y garantía de los derechos de la niñez. (Corte constitucional, 2015)

El Ministerio de Educación Nacional, Coldeportes y los entes territoriales propiciarán el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y de la juventud. Para este efecto: Fomentarán la formación de educadores en el campo extraescolar y la formación de líderes juveniles que promuevan la creación de asociaciones y

movimientos de niños y jóvenes que mediante la utilización constructiva del tiempo libre sirvan a la comunidad y a su propia formación. (Alcaldiabogota.gov.co, 2017)

Tipo de investigación: cuantitativo

La investigación cuantitativa.

Esta investigación está basada en el enfoque cuantitativo que según Sampieri (2006) “ Utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación”. Por otro lado, La recolección de datos parte de la intervención que se hace por medio de un test inicial de valoración y así obtener datos de cada jugador. Por su parte, Neuman (1994) resume unas de las actividades principales del investigador cualitativo es la observación de eventos ordinarios y actividades cotidianas, además de cualquier acción inusual.

Por su cuenta, La investigación surge dado a la importancia de evaluar las facultades visopedicas de los educandos, fundamentándose en los postulados de Hernández, S., Fernández, C., Baptista, L (2006) quien afirma que “El planteamiento y sus elementos son muy importantes porque proveen las directrices y los componentes fundamentales de la investigación; además resultan claves para entender los resultados. La primera conclusión de un estudio es evaluar qué ocurrió con el planteamiento” Es por esto que, el componente principal en cuestiones investigativas de esta propuesta, es la falta de coordinación visopedica por medio de una evaluación inicial y otra a posteriori de la implementación de un plan de intervención.

Enfoque de investigación

La presente investigación tiene un enfoque empírico – analítico o tradicional. “El proceso se inicia con la observación de la realidad, de esa realidad que interesa a los investigadores” (Matas, 2011, p.31). Desde esta premisa fue como se encontró la problemática puntual en el entorno con el fin de comprobar por medio de la aplicación el Test 3JS adaptado y a si buscar estrategias que den una solución a las necesidades observadas.

Finalmente después de la aplicación del test inicial y final junto con la propuesta pedagógica se hará un análisis cuantitativo de acuerdo a los planteamientos de Matas (2011) quien indica que

A continuación se procede a recoger los datos (...), dentro de estas investigaciones, es frecuente la utilización de test, observación sistemática, registros fisiológicos, etc. Los datos que se recopilan por estos distintos instrumentos suelen analizarse principalmente con procedimientos estadísticos, aunque no se desdeña la utilización de procedimientos alternativos de corte más cualitativo. Finalmente se comparan y relacionan los datos estadísticos. (p 31).

Método de la Investigación

Metodo de analisis de datos.

Los analisis obtenidos despues de implementacion del test inicial se incorporan a estadisticas de acuerdo con Hernández, S., Fernández, C., Baptista, L (2014)

Al analizar los datos cuantitativos debemos recordar dos cuestiones: primero, que los modelos estadísticos son representaciones de la realidad, no la realidad misma; y segundo, los resultados numéricos siempre se interpretan en contexto, por ejemplo, un mismo valor de presión arterial no es igual en un bebé que en una persona de la tercera edad. (p 270).

Fases de la investigación:

Actividad

Después de haber observado la problemática se lleva a cabo la aplicación del test inicial para evaluar por medio de un test de conducción a los jugadores de la sub 13 del Club Vida Zoe.

Objetivos

Terminada la ejecución del test por cada jugador se analizarán y compararán los datos del test para diseñar el propuesta pedagógica de 5 días a la semana durante 2 meses su implementación.

Aplicación de instrumentos: En esta fase de la investigación se hará la intervención en el lugar de entrenamientos del Club Vida Zoe para implementar el test a los jugadores de la categoría sub 13; acto seguido, se implementará la propuesta pedagógica semanalmente.

Toma de resultados: Después de haber aplicado los instrumentos se sacan los datos de cada jugador de la categoría sub 13 y se recopilan teniendo resultados más específicos.

Análisis de los resultados: Al tener los resultados, se pasa a la etapa del análisis de estadísticas para acotar las conclusiones pertinentes a posteriori de la propuesta pedagógica y el test final.

Población y muestra

La población de este proyecto está ubicada en Bogotá D.C. en la localidad de Suba, Barrio Lombardía; en el Club de Fútbol Vida Zoe, la cual está conformada por las categorías de la 2011 hasta la 20 con un total de cien (120) niños.

La investigación está dirigida a la categoría 2004-2005 del Club de Fútbol Vida Zoe la que están entre los doce (12) y trece (13) años de edad

¿Qué es un Test?

Según Matveev (1965) los “Test: Son las tareas estandarizadas de carácter oral o en forma de ejercicio físico, los cuales están sujetos a determinadas leyes estadístico – matemáticas y son aplicadas con el objetivo de determinar las particularidades motoras y otros aspectos de la personalidad del hombre“.

Test de Conducción de balón

Este Test fue elaborado por el Licenciado Roberto Montes García, “esta es una prueba adaptada para determinar el índice de coordinación viso-pedica por medio de la conducción con balón desplazamiento sin balón. “(2006)

Valoración final. Sistema de puntuación. (no tiene baremo).

Para valorar la cualificación técnica del jugador, como he comentado anteriormente, observaremos la diferencia de ambos tiempos (tiempo que tardamos en realizar el circuito con balón, y el tiempo que tardamos en realizarlo sin balón), calculado con ese tiempo un porcentaje (%).

$$\% = (\text{Tiempo de conducción sin balón} / \text{t. con balón}) \times 100$$

De manera que cuanto más cercano sea el porcentaje al 100 %, mayor será la cualificación técnica del deportista en la conducción de balón.

Descripción del Test

A continuación se describe el test de conducción el cual se ejecutó con los niños del Club de Fútbol Vida Zoe.

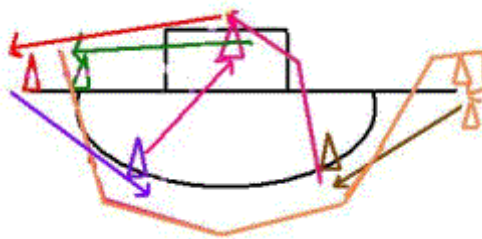


Figura 1. *Esquema del test 3js*. Tomado de: file:///C:/Users/Steven/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/52720-164612-1-PB.pdf

Según Montes (2016), el test se realiza de la siguiente manera Los dos conos naranjas colocados en el corner, será la salida del circuito de conducción. Se colocarán también los siguientes conos:

En la línea de área a medio camino entre la línea de banda derecha y el palo corto se colocará un cono (marrón). Lo mismo se hará también en la parte izquierda, colocando otro cono (morado). Un metro detrás de la portería, se colocará otro cono (fucsia). En el corner izquierdo, se colocará un cono (rojo). Por último se coloca un cono (verde) a un metro del corner izquierdo (justamente donde comienza la línea del área).

El jugador, deberá hacer el siguiente recorrido, primeramente sin balón y posteriormente, tras un descanso con balón:

Sale en el corner izquierdo entre los conos naranjas, dirigiéndose al cono naranja, el cuál rodea, luego va hacia el cono fucsia de detrás de la portería , desde ahí pasará al corner izquierdo (cono rojo), el cuál también rodea para luego dirigirse al cono morado, desde el cono morado irá a dar la vuelta al cono fucsia, para volver hacia el cono verde, al cuál lo rodeará por fuera, para luego correr por fuera de la línea de área hacia los conos naranjas de la salida, rodeándolos y entrando a la llegada por detrás de ellos.

Primeramente se anotará el tiempo, que el jugador tarda en realizar el recorrido sin balón, para luego compararlo con el tiempo que tarda en realizar el circuito con balón, de esta forma cuanto menos diferencia exista entre ambos tiempos mayor será la cualificación técnica del futbolista en la conducción, ya que el balón se habrá llevado cerca del pie, y sin que se pierda mucha velocidad en la carrera, es decir, de forma más natural. “ (2006)

Método de evaluación

El metodo de evaluacion dado po Roberto Montes García “ Para el análisis y calificación de los jugadores se tomó en cuenta 2 aspectos, se observó la diferencia de ambos tiempos en el test (tiempo que tarda en realizar el circuito con balón, y el tiempo que tarda en realizarlo sin balón) calculando con ese tiempo un porcentaje (%)

$$\% = (\text{Tiempo de conducción sin balón} / \text{t. con balón}) \times 100$$

De manera que cuanto más cercano sea el porcentaje al 100 %, mayor y mejor será la calificación técnica del deportista en la coordinación viso-pedica con la conducción de balón. “

5. Resultados

5.1 Técnicas de análisis de resultados

La técnica utilizada para el análisis de los datos arrojados por el test sin balo y con balón es de orden cuantitativo. Donde se utiliza estadísticas para explicar eventos a través de gráficas y tablas.

Estos resultados de cada jugado se graficaron con datos exactos, y verídicos con una población detallada y espacio real. Por esta razón se utilizó este método de análisis.

5.2 Interpretación de Resultados

Test entrada.

La siguiente tabla se pudo mostrar los resultados realizados a cada jugador en el test inicial con las variantes de hacerlo sin balón y con balón.

Tabla 1. Testde entrada

NOMBRE	SIN BALON	CON BALON	PORCENTAJE
Jugador 1	26 seg	36 seg	69
Jugador 2	23 seg	32 seg	71

Jugador 3	24 seg	34 seg	70
Jugador 4	24 seg	29 seg	82
Jugador 5	28 seg	36 seg	77
Jugador 6	26 seg	34 seg	76
Jugador 7	25 seg	34 seg	73
Jugador 8	26 seg	38 seg	68
Jugador 9	23 seg	30 seg	76

Tabla 2. Frecuencias.

	Tiempo sin balón	Tiempo con balón	Porcentaje
MODA	25 seg.	36	69
MEDIANA	26 seg.	34	71
MEDIA	2,49	3.39	7.31

ANALISIS DE FRECUENCIA.

En la tabla se observa los datos con mayor frecuencia que arrojo el test:

El tiempo realizado por los jugadores sin balón se observa que el valor con mayor frecuencia es de 25 segundos es decir la moda siendo este el tiempo más absoluto entre los 9 jugadores, el tiempo de lugar central entre los 9 jugadores es de 26 segundos es decir la mediana y finalmente vemos que el valor en promedio del test es de 2,49 segundos es decir la media.

Los desplazamientos con balón se observa que el valor con mayor frecuencia de tiempo entre 9 jugadores en el test es de 36 segundos es decir la moda, el tiempo central entre

los 9 jugadores es de 34 segundos es decir la mediana y finalmente vemos que el valor en promedio es de 3,39 segundos.

GRÁFICA Y ANALISIS

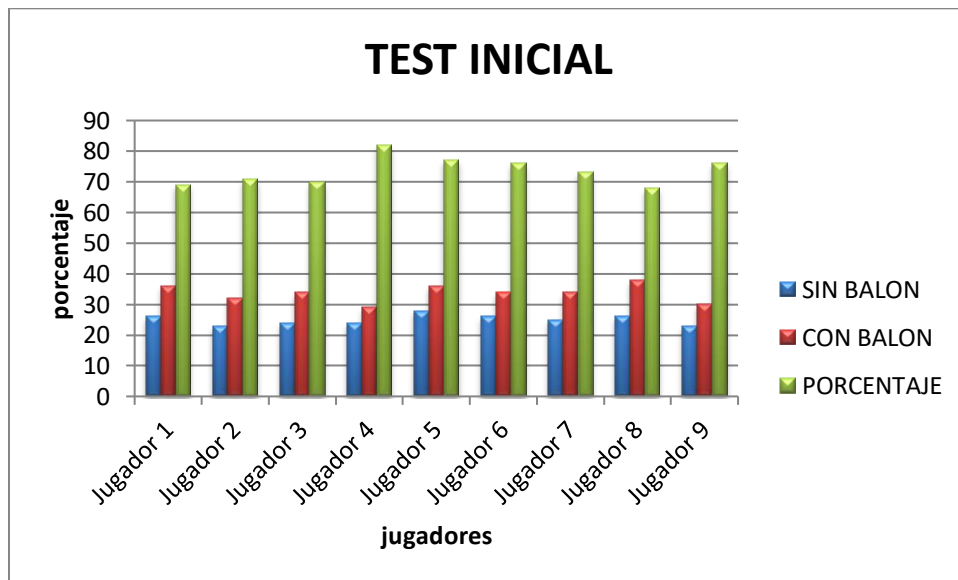


Figura 2. Resultados del test inicial.

La anterior grafica del test inicial nos muestra que 7 de los 9 jugadores que realizaron el test están por encima del 70 % setenta por ciento de su desempeño que nos indica su calificación técnica y coordinativa, con esto se podría decir que la mayoría del equipo posee ente una buena y aceptable adaptación al test, entre esta grafica podemos notar que el jugador que se acercó más al 100% del rendimiento fue el jugador 2 con un 82% de desempeño en el test estando quizás técnicamente mas preparado, por últimos los dos jugadores de meno desempeño según el porcentaje fueron los jugadores 1 y 8 con un 69% y 68% respectivamente.

A nivel general el grupo presentaría una dificultad en el aspecto de la coordinación viso-pedal ya que la mayoría está por el 50% de su desempeño por esto podemos tener el

objetivo claro de fortalecer y mejorar el desarrollo de la coordinación viso- pedal en cada jugador.

TABLA DE RESULTADOS FINALES

Test salida.

Esta tabla está basada en los resultados del mismo test aplicado al inicio después de varias sesiones de entrenamiento de la coordinación viso-pedal, según esto analizaremos que resultados se pueden evidenciar con cada jugador.

Tabla 3. Resumen de resultados por jugador.

NOMBRE	SIN BALON	CON BALON	PORCENTAJE
Jugador 1	24	32	75
Jugador 2	24	31	77
Jugador 3	25	33	75
Jugador 4	23	29	75
Jugador 5	24	33	72
Jugador 6	26	33	78
Jugador 7	25	34	73
Jugador 8	27	37	72
Jugador 9	25	36	69

Tabla 4. Frecuencia total del test.

Tiempo sin balón	Tiempo con balón	Porcentaje
------------------	------------------	------------

MODA	24 seg.	33	75
MEDIANA	25 seg.	33	75
MEDIA	24,7	33,1	74

En esta grafica se observa el resultado final del test con sus debidos porcentajes y tiempos sin balón y con balón para analizar el proceso que se tuvo con cada jugador. La moda como el tiempo absoluto de los 9 jugadores fue de 24 segundos en un decremento favorable de frecuencia a nivel grupal, y el tiempo central del grupo fue de 26 segundos y el promedio fue de 2,7.

Ya los resultados con balón que se arrojaron en la moda como medida absoluta un 33 segundos al igual que la mediana con un resultados general de 33 segundos como tiempo central del test, por último la media de 33,1 como promedio.

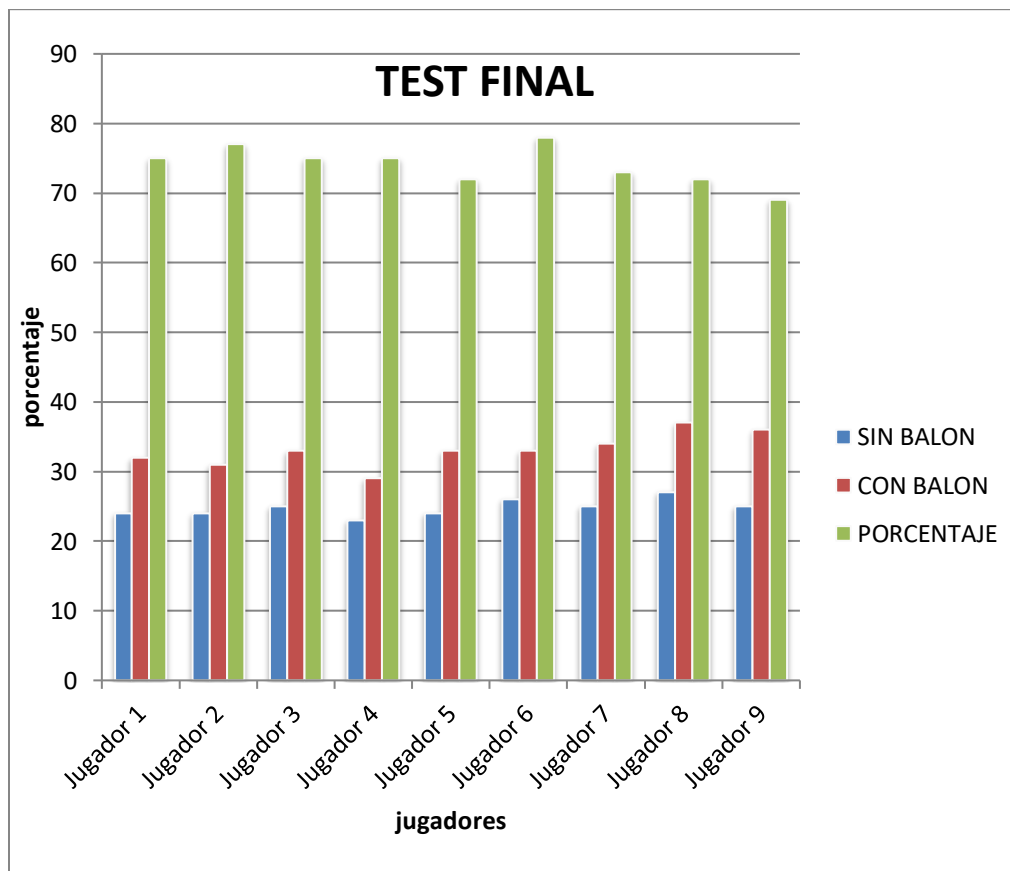


Figura 3. Resultados finales del test.

ANALISIS TEST SALIDA

Tiempo con, sin balón y porcentaje por jugador.

Esta grafica final muestra el resultado del último test después de realizar las sesiones de entrenamiento para la coordinación viso-pedica. Estos resultados muestran que de los 9 jugadores del Club de Futbol Vida Zoe a los que se les aplicó el test, los nueve 9 obtuvieron un porcentaje mayor de 50% que sería el promedio del rendimiento más aceptable.

También se puede observar que ninguno de los 9 jugadores pasó el 80 % evidenciando que aún falta más por mejorar la problemática de desempeño a nivel de coordinación viso-pedal pero hay aspectos favorables en cuanto a que el mínimo porcentaje en el primer test había sido de 68% y en esta última gráfica es de 69% algo bueno a nivel general.

Por otro lado es claro que el tiempo sin balón a nivel general bajó de 25 segundos a 24 segundos evidenciando que físicamente recorrieron más rápido el circuito, al igual que el tiempo general con balón se redujo de 36 segundos a 34 segundos mostrando una favorabilidad en la técnica general de los 9 jugadores pese a que el porcentaje general del grupo no sobrepasó el 80% del promedio de rendimiento del test.

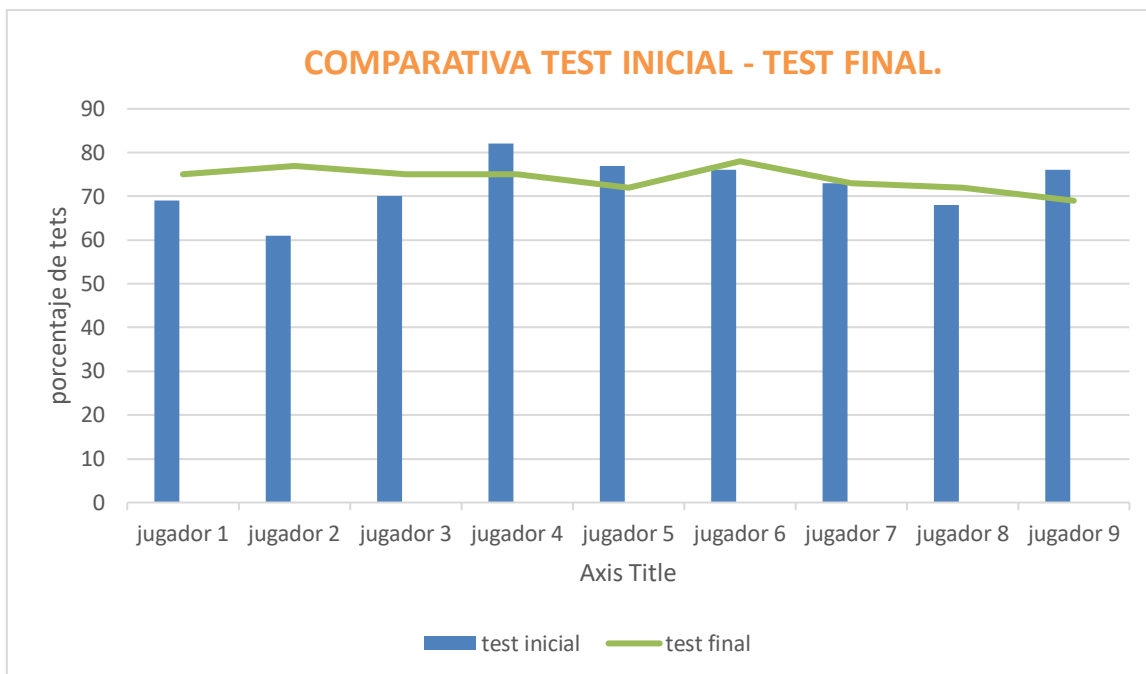


Figura 4. Comparación test de entrada y test de salida..

Teniendo en cuenta esta tabla donde se evidencian los resultados iniciales (barra azul) y resultados finales (línea verde) de los test que se implementaron, es correcto hacer una comparación general del objetivo de la investigación. Los resultados fueron en mayoría favorables a la solución de la problemática de acuerdo a los porcentajes finales solo tres de los nueve jugadores no superaron su porcentaje inicial evaluado en el test inicial.

Ya explicado seguidamente en los análisis individuales de cada jugador esto no desfavorece la metodología o intervención pues hay varios factores que pueden ir contra el proceso y rendimiento del jugador en el tiempo que intervenimos y no todos los jugadores tienen la misma adaptabilidad y acondicionamiento pero es un punto significativo para tenerlo en cuenta y seguir enfocando la propuesta pedagógica hasta lograr el fortalecimiento de la coordinación viso – pedida.

La gráfica nos muestra que seis jugadores si lograron superar el porcentaje inicial evaluado unos más notable que otros como lo indica la línea verde este proceso de mejorarse relaciona con la actitud de cada jugador la regularidad en los entrenamientos

haciéndose un aporte semana amplio en su mejora de la coordinación viso-pedida siendo la mejor comparativa para decir que se logró mayormente el objetivo de que el futbol formativo aporte para el fortalecimiento delos jugadores de la categoría sub 13 del Club Vida Zoe

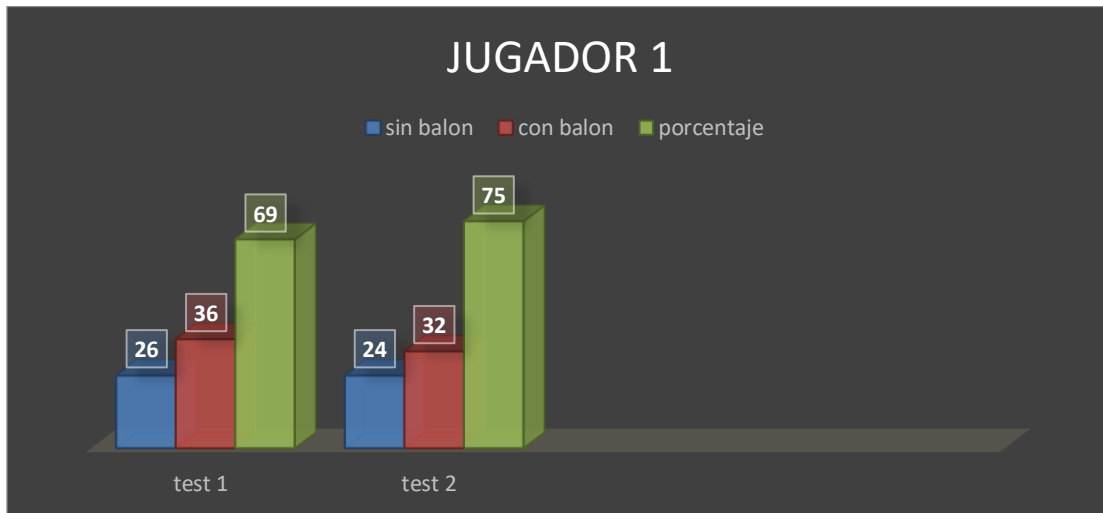


Figura 5. Análisis por jugador.

El jugador numero 1 presentó reducción de promedios en tiempos ya que en el test 2 redujo el tiempo de realizar el circuito con balon y sin balon estando en el test 1 con un porcentaje de 69% pero que el el segundo mejoro con un 75% de su rendimiento, esto producto de la óptima técnica coordinativa en las dos fases del test con una diferencia de 8 segundos en el 2 test en sus dos fases mejorando su capacidad corrdinativa viso-pedica resaltda en su conduccion que le da un 77% de su capacidad coordinativa según lo evaluado.

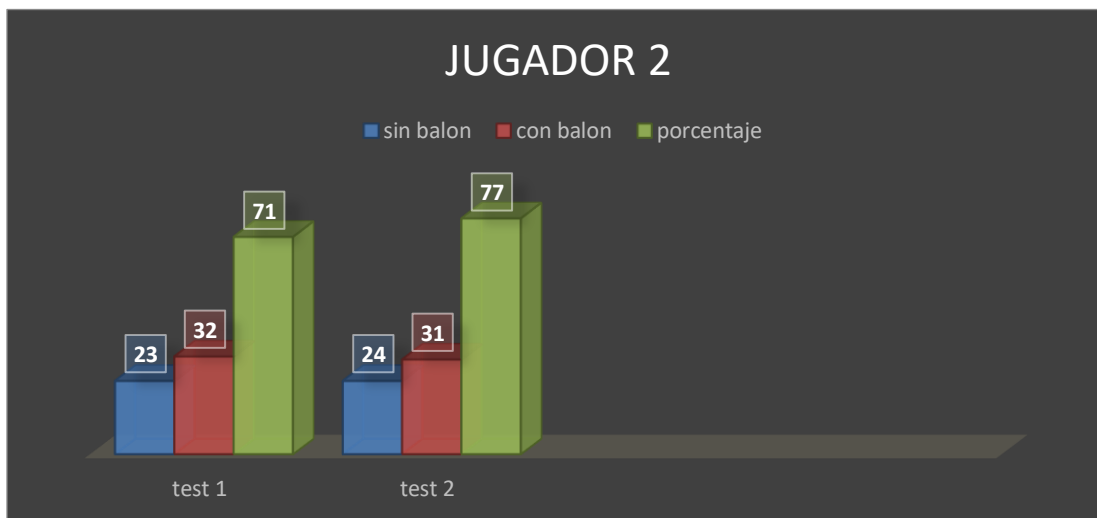


Figura 6. Resultados generales de los test.

El jugador en su primer test tuvo una diferencia de 7 segundos en relación al test 2 que redujo el tiempo en 6 segundos, dando como resultado una mejora en su conducción en el circuito pues su porcentaje final fue de 77% para dejar una mejoría y buen desempeño coordinativo viso-pedico al final del test 2 siendo la evaluación buena en su conducción y recorrido sin balón y con balón.

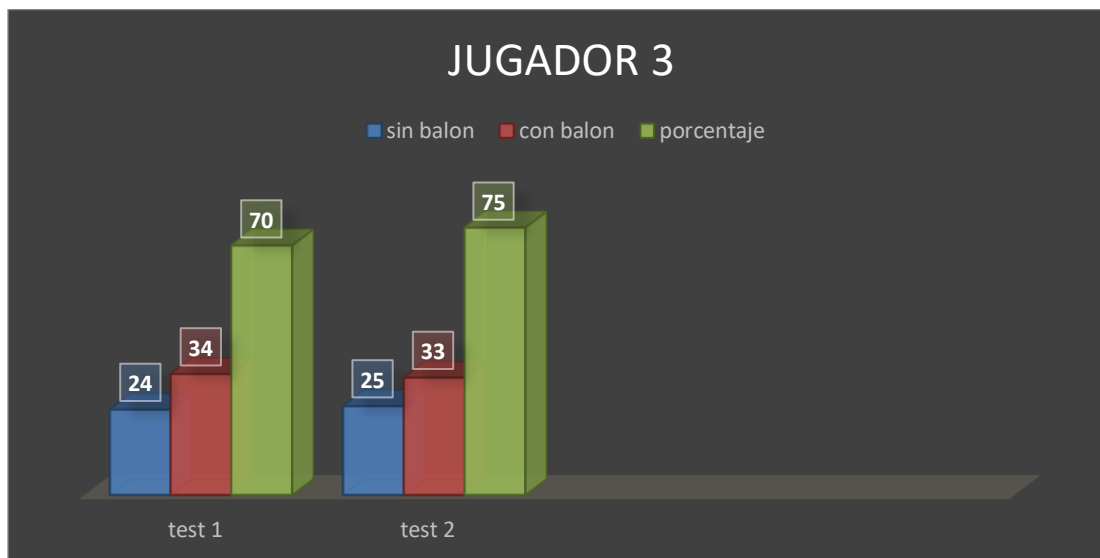


Figura 7. Resultados del test individual.

El jugador 3 realizó el test 1 con sus dos variantes logrando una diferencia de 10 segundos entre estas dos, en el test 2 redujo este tiempo a 8 segundo proporcionando un mejor rendimiento al final con un porcentaje de 75% que determina que tuvo buen desempeño en su conducción teniendo un promedio mejor en su técnica y coordinación viso-pedal aun con un porcentaje por mejorar en lo general.

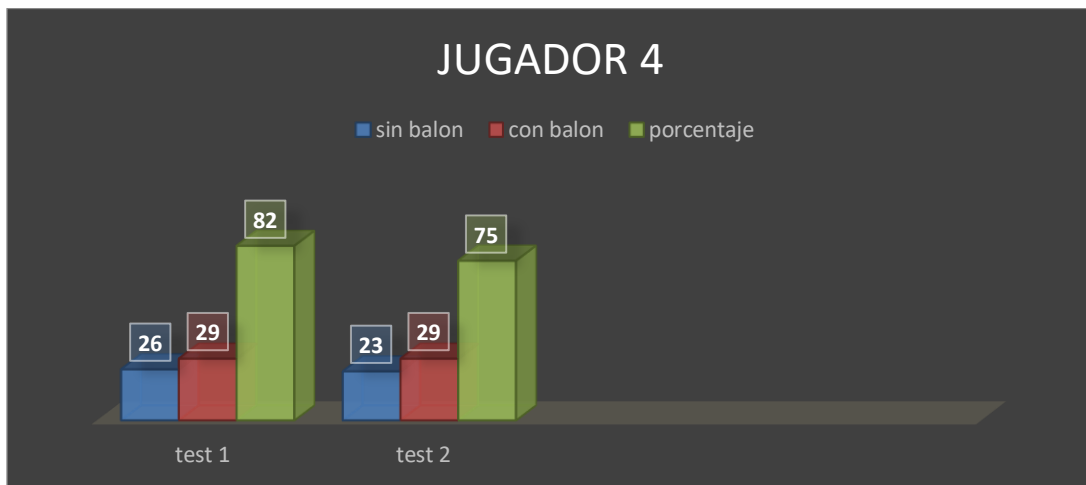


Figura 8. Resultados generales individuales.

El jugador número 4 en el test 1 tuvo 3 minutos de diferencia en las dos variaciones que el test requería siendo el mejor en el porcentaje en esta primera fase de evaluación con un 82% de su capacidad coordinativa, sin embargo en el test 2 tuvo una variable ya que tuvo el mismo tiempo con balón, redujo su tiempo sin balón esto le dio un porcentaje menor de 75% podríamos decir que este resultado no propiamente quiere decir que no se logró el objetivo ya que la técnica con balón se mantuvo sol cambio su estado de forma física en el recorrido sin balón teniendo en cuenta que fue el más destacado entre los 9 jugadores.

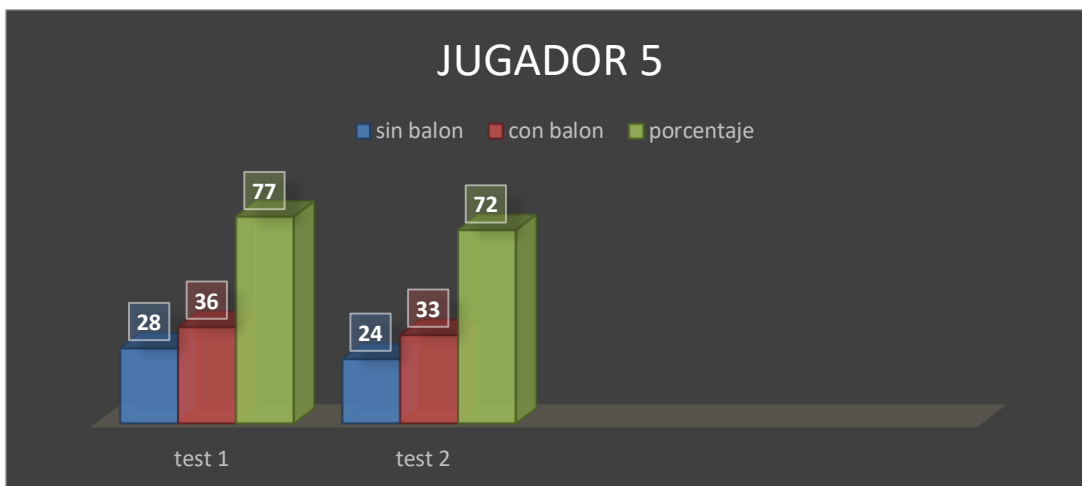


Figura 9. Resultados individuales alumno 5.

El jugador número 5 para el test 1 tuvo una diferencia de tiempo de 7 segundos dándole un porcentaje de rendimiento coordinativo de 77% para esta primera fase, pero vemos que el test 2 cambiaron los tiempos de 9 segundos con un porcentaje de 72% menor al que había tenido en el test 1 determinando la dificultad que tuvo para adaptarse en alguna forma coordinativa pero no es una evaluación mala ya que en el test 2 sus dos tiempos fueron menores que en los tiempos del test 1 denotando que otros factores también pueden influir en esto y este jugador se mantuvo en el rango del 70%.

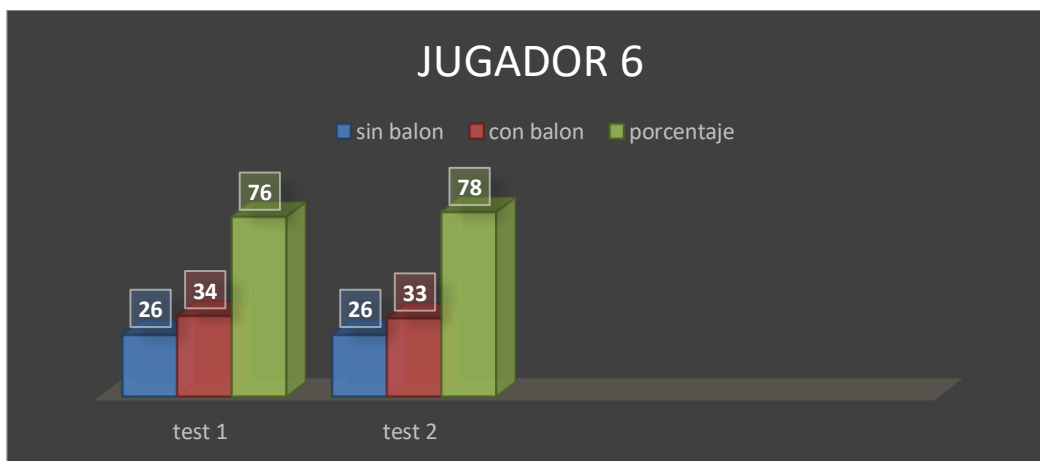


Figura 9. Resultados individuales alumno 6.

El jugador 6 realizó el test 1 con una diferencia de segundos de 9 segundos con su porcentaje en 76% y en el test 2 tuvo una mínima reducción de tiempo de 6 segundos generando un

porcentaje de 78% determinando que tuvo un buen desempeño en su conducción que fue donde se notó la reducción en el circuito con balón dándole ese porcentaje bueno finalmente.

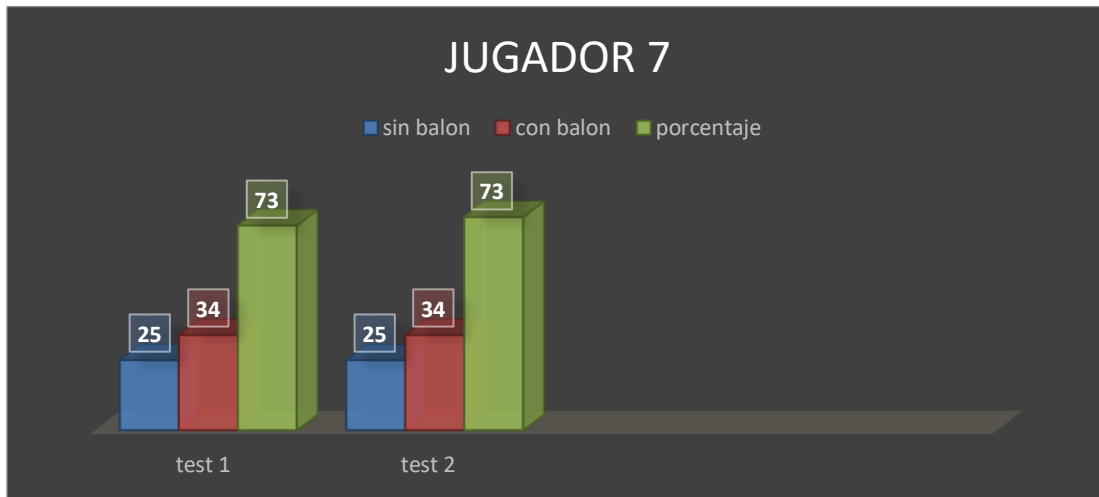


Figura 9. Resultados individuales alumno 7.

El jugador 7 tuvo un caso diferente en relación con los dos test realizados ya que sus tiempos fueron iguales en cuanto a hacer el test con sin balón, no tuvo alguna variante y su porcentaje final fue de 73% determinando que aunque se mantuvo no mejoro su capacidad coordinativa las dos variantes del test.

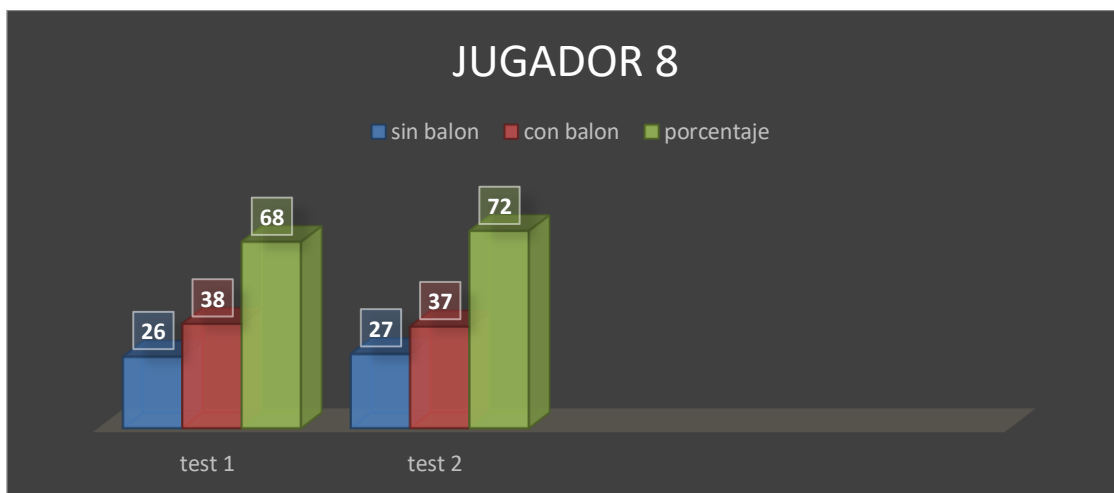


Figura 9. Resultados individuales alumno 8.

El jugador 8 tuvo una diferencia amplia de según en el test 1 de 11 segundos que le dio el porcentaje más bajo entre los 9 jugadores con 68% de su rendimiento en la capacidad coordinativa en el test, para el test 2 incremento su porcentaje a 72% esto se debe a que su mejoría se notó en la fase de conducción de balón que se redujo a pesar de que incremento en 1 segundo su fase de sin balón, con esto cabe determinar que según lo evaluado mejoro su rendimiento faltando aun para llegar a 100%.

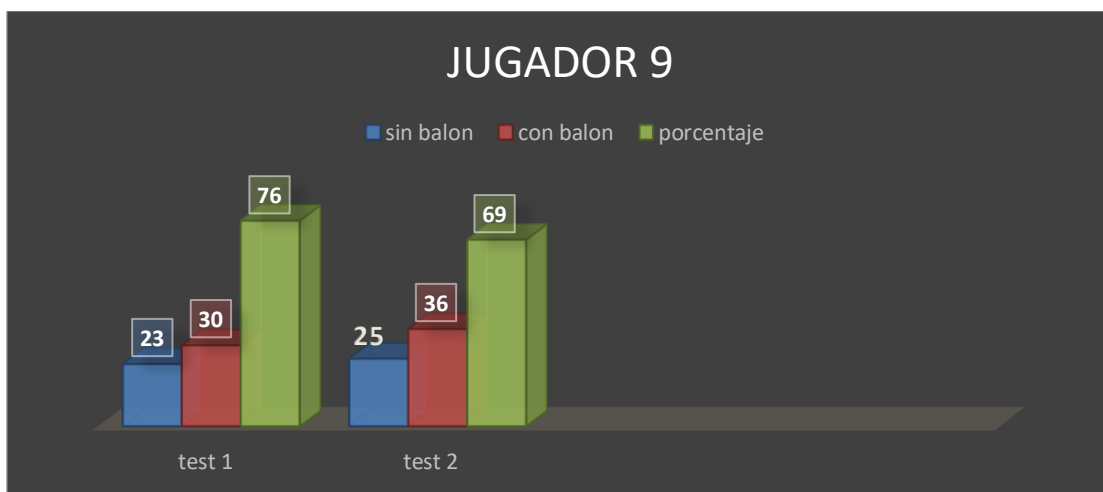


Figura 9. Resultados individuales alumno 9.

El jugador 9 en su primera intervención al test 1 tuvo una diferencia de 7 segundos con un porcentaje de 76% y el test no aumento más su diferencia de tiempo con relación al primer test en casi 11 segundos determinado su porcentaje en 69% siendo el jugador que no cumplió con el rendimiento requerido antes decayendo su porcentaje de la capacidad coordinativa viso-pedal muestra que requiere más atención y trabajo ya que tuvo dificultad en los test y proceso.

CONCLUSIONES

A través del proceso investigativo fue posible afirmar que el fútbol formativo contribuyen al fortalecimiento de la coordinación viso-pédica teniendo en cuenta que al observar la problemática se implementó el test que evidenció hallazgos importantes de acuerdo a la falencia que tenían los jugadores.

Posteriormente se implementó la propuesta pedagógica con las sesiones de trabajo durante los 2 meses de intervención 5 días a la semana generando una adaptabilidad motriz en la mayoría de los niños, notándose avances y motivación extra al saber que cada actividad o ejercicio era valorado y analizado para mirar un resultado final.

Esto generó un ambiente de reto personal y grupal entre los 9 jugadores de la categoría sub 13, desde la observación los jugadores mejoraron sus acciones motrices y tuvieron más conciencia espacial y corporal adoptando gestos técnicos la conducción, el pase, el regate, el remate que no poseían con objeto en este caso el balón.

En otros casos, algunos les costaba elaborar los ejercicios porque no tenían una capacidad de adaptación al ejercicio temprana y no tenían regularidad en los trabajos diarios, durante el tiempo de intervención los jugadores notaron la importancia de fortalecer su coordinación viso-pédica en su trabajo individual y grupal, esto generó un mejor ambiente para cada entrenamiento y sesión dada obteniendo mejores resultados.

De la misma manera, esto se respaldó en el análisis de los test inicial y final haciendo una comparativa de cada uno de los jugadores en tiempos con balón y sin balón llevando porcentajes por test inicial y final arrojando que 6 de 9 jugadores incrementaron su porcentaje en las dos tomas de test y valoración concluyendo que el objetivo general si

se pudo llevar a cabo en el Club Vida Zoe en la problemática que tenía esta categoría de sub 13 que era el aporte para el fortalecimiento de la coordinación viso-pedica y seguir aplicando la propuesta pedagógica en los pocos que necesitan más tiempo de adaptabilidad motriz siendo esta investigación un aporte a las futuras categorías de la sub 13 y entrenadores del Club Vida Zoe u otras escuelas de formación.

Finalmente, en el componente pedagógico, es claro que el docente debe encontrar siempre nuevas estrategias que ayuden a los estudiantes a superar sus dificultades; en el caso de la Educación Física, los maestros deben enfocarse en el mejoramiento del desempeño en la cancha en este caso concreto, para que los alumnos noten su progreso y brinden los mejores resultados.

PROSPECTIVA

Esta investigación puede servir como objeto de estudio de acuerdo con la problemática que tenemos para cualquier escuela de formación o club deportivo que le presente le interesa el mejoramiento de la coordinación visomotriz como elemento vital para el mejoramiento del desempeño del fútbol; También puede servir como referente para abordar temas de psicomotricidad, lateralidad y su influencia en la Educación Física.

Niveles	Intensidad	Valores RPE Borg (1962)
1	BAJA	6, 7, 8 y 9
2	MEDIA	10, 11,12
3	FUERTE	13, 14 y 15
4	MUY FUERTE	16, 17 y 18
5	MÁXIMA	19 y 20

Niveles de intensidad de la sesión de entrenamiento en fútbol y su correspondencia con los valores de la Escala de Borg (1962).

Sesion 1 y 2

Club de futbol vida zoe

Categoría: infantil. Sub 13



Objetivo: Afianzar la coordinación viso-pédica, en niños de 13 años a través de un plan de entrenamiento en el Club de Fútbol Vida Zoe.

Material: conos, platillos, estacas y balones.

CALENTAMIENTO

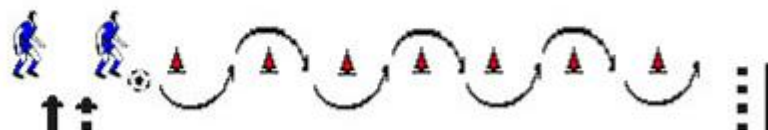
General, cogidas con balón, un jugador intenta coger a los demás compañeros mientras él va conduciendo el balón, a medida que los coge se van añadiendo haciendo conducción grupal.

Específico estiramiento tren inferior y tren superior. 15 minutos.

PARTE CENTRAL

EJERCICIO sesion 1.

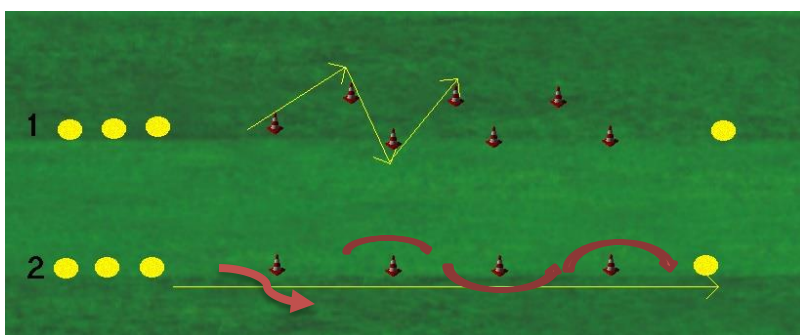
En conducción de balón recta el jugado conduce el balón ente los platos o conos en figura de zigzag debe usar varias superficies del pie para conducir. Planta, borde interno y borde externo.



Tiempo: 25 minutos. Intensidad de 3.

EJERCICIO sesion 2.

El jugado pasa en conducción por las estacas en zigzag tratando de no tocarlas, luego conduce libe en 4 metros y pasa a conducir entre 6 conos como slalom sin tocarlos y finaliza el circuito.



Tiempo: 25 minutos. Intensidad de 4.

FASE FINAL

- Vuelta a la calma, estiramiento tren inferior y tren superior. 10 minutos

Sesion 3 y 4

Club de futbol vida zoe

Categoría: infantil. Sub 13



Objetivo: Afianzar la coordinación viso-pedica, en niños de 13 años a través de un plan de entrenamiento en el Club de Futbol Vida Zoe.

Material: conos, platillos, balones

CALENTAMIENTO

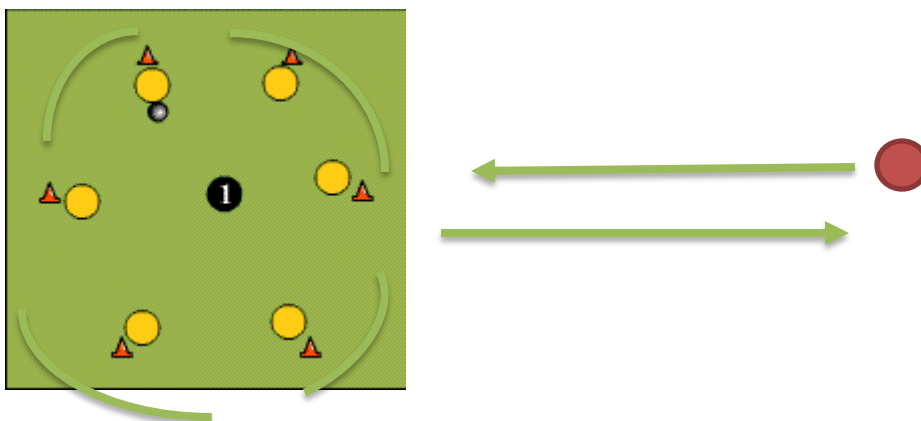
General conducción por parejas alrededor del campo conducen y hacen pases cortos.

Calentamiento general estiramiento tren inferior y superior. 15 minutos.

PARTE CENTRAL

EJERCICIO 3 sesion.

2 Grupos, uno de los grupos hará un circulo y harán pases con un pivote en el centro que hará pases a todos deberán ir contando los pases, el otro grupo hace una fila cada uno con balón y saldan en conducción de balón hará el recorrido y rodeara el circulo, al pasar todos los de conducción contarán los pases que realizo el primer grupo y cambian roles. La idea es completar mayor pases pero también conducir rápido sin perder el control de balón con superficies.



25 minutos. intensidad 3.

EJERCICIO sesion 4.

2 grupos cada grupo estará en una hilera que tiene 10 conos o platillos separado a 1 metro. La idea es que los jugadores conduzcan el balón entre cada plato ida y vuelta en 8, gana el equipo que complete la ronda todos sus jugadores. La idea es mirar como usa las diferentes superficies del pie y como corrige en medio del obstáculo.



25 minutos. Intensidad 3.

PARTE FINAL

- Estiramiento de tren inferior y superior. 10 minutos.

Sesion 5 y 6

Club de futbol vida zoe

Categoría: infantil. Sub 13

Objetivo: Afianzar la coordinación viso-pedica, en niños de 13 años a través de un plan de entrenamiento en el Club de Futbol Vida Zoe.

Material: balones y conos.

CALENTAMIENTO



General. Dos equipos, uno hace toque para llegar al otro lado y el otro equipo evita que lleguen al otro extremo quitando el balo, dentro de un rectángulo de 15x10. Especifico. Estiramiento del tren inferior y superior. 15 minutos.

PARTE CENTRAL

EJERCICIO sesion 5.

Por parejas uno tiene un aro y el otro un balón, el que tiene el aro lo hace rodar empujándolo mientras que el otro conduce con balón e intenta que el balón pase dentro del aro para seguir en conducción. Hacerlo con los dos perfiles.



25 minutos. Intensidad 2.

EJERCICIO sesion 6.

Por equipos los jugadores harán una fila separado por un metro con las piernas abiertas, al frente estará con un balón uno compañero que a la señal del profesor saldrá en conducción y deberá pasar el balos en medio de las dos piernas de todos su compañeros de fila. A si se lo da al último y esta hace el mismo recorrido, se puede hacer por tiempo también usando los dos perfiles.



25 minutos. Intensidad 3.

PARTE FINAL

Estiramiento de tren inferior y superior 10 minutos.

Sesion 7 y 8

Club de futbol vida zoe

Categoría: infantil. Sub 13



Objetivo: Afianzar la coordinación viso-pedica, en niños de 13 años a través de un plan de entrenamiento en el Club de Futbol Vida Zoe.

Material: conos o platillos, aros, estacas, balones.

CALENTAMIENTO

General. Cada jugador con balón, realizara control de balón al aire tratando de hacer la escalera, pie, muslo, cabeza. Especifico. Estiramiento de tren inferior y tren superior.15 minutos.

PARTE CENTRAL

EJERCICIO sesion 7.

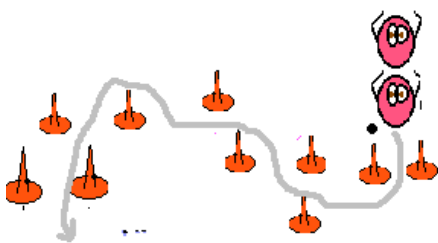
En una portería se pondrá los aros 4 en cada Angulo para que los jugadores rematen con precisión dentro de ellos, antes de rematar deberán conducir balón con intensidad en slalom y al finalizarlo patear sin parar el balón. Deben conducir con precisión si tumbar los conos y rematar con empuje borde interno y externo. Usar los dos perfiles.



25 minutos. Intensidad 2

EJERCICIO sesion 8.

Trabajo por parejas cada uno con balón estando entrelazados de brazos siempre, deberán pasar el circuito en conducción de balón , haciendo zigzag entre conos después slalom largo entre conos y finalmente círculos entre dos estacas para finalizar. Se mirara la coordinación grupal los gestos de conducción y se puede evaluar con tiempo.



25 minutos.intensidad 3

PARTE FINAL

Estiramiento de tren inferior y superior. 10 minutos.

Sesion 9 y 10

Club de futbol vida zoe

Categoría: infantil. Sub 13



Objetivo: Afianzar la coordinación viso-pédica, en niños de 13 años a través de un plan de entrenamiento en el Club de Fútbol Vida Zoe.

Material: conos, platillos, balones

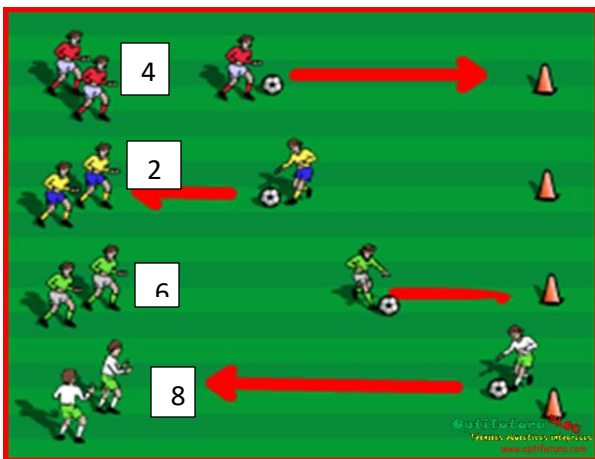
CALENTAMIENTO

General. Por parejas toman un balón y realizan un 1 x 1 para poder pasarse el oponente deberá hacer que el balón pase en medio de las piernas. Específico. Estiramiento de tren inferior y tren superior. 15 minutos.

PARTE CENTRAL

EJERCICIO sesion 9.

Ejercicio de conducción con mirada arriba y trabajo mental en parejas se sitúa a 20 metros frente al frente el que tiene el balón saldrá en conducción de balón con borde externo mientras el otro compañero le hará números con sus manos la cual el que conduce dirá en voz fuerte. Utilizar los dos perfiles e intercambiar roles.



25 minutos. Intensidad 2.

EJERCICIO sesion 10.

Ejercicio de trabajo en equipo coordinación y control de balón con obstáculo en futbol real por parejas se realizaran partidos se hacen enfrentamientos pero deben esta entrelazados de los brazos y para anotar deberán pasar en conducción juntos en medio de la porterías. Se pueden usar 2 o 4 porterías.



25 minutos. Intensidad 3.

PARTE FINAL

Estiramiento de tren inferior y tren superior. 10 minutos.

Sesion 11 y 12

Club de futbol vida zoe

Categoría: infantil. Sub 13



Objetivo: Afianzar la coordinación viso-pedica, en niños de 13 años a través de un plan de entrenamiento en el Club de Futbol Vida Zoe.

Material: platillos y conos, balones.

CALENTAMIENTO

Por parejas pasan por la escalera de coordinación y hace pase al aire a su compañero fuera de la escalera que espera el balón. Especifico. Estiramiento de tren inferior y tren superior.

15 minutos.

PARTE CENTRAL

EJERCICIO sesion 11.

Conducción de balón en espacio reducido por un pasillo de platillos que están de lado a lado por un metro de separados 1 variante conducir el balón de plato a plato si que el balón salga del pasillo usando las superficies necesarias para conducir, 2 variante conducir el balón por el pasillo pero salir detrás de cada plato y corregir hacia adentro, esto con cada platillo hasta el final el pasillo. Usar dos perfiles.



25 minutos. Intensidad 3.

EJERCICIO sesion 12.

Circuito de coordinación viso-pedal con remate de precisión, salen en 1 x 1 y conducen con borde externo e interno y corrigen en los giros jalando el balón y hacen ida y vuelta y al final rematas a la portería pequeña.



25 minutos. Intensidad 3.

PARTE FINAL

Estiramiento de tren inferior y superior 10 minutos.

Bibliografía

- Cenizo, B., Ravelo, A., Morilla., Fernández, T. (2017). Test de coordinación motriz 3JS: Cómo valorar y analizar su ejecución. Volumen (32) 189-19. Recuperado de: file:///C:/Users/Steven/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wek9b3d8bbwe/TempState/Downloads/52720-164612-1-PB.pdf
- Cevallos, M. (2016) “La coordinación viso pedica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el futbol en las categorías Sub 10-12-1 de la Escuela de futbol Santa Fé en la Ciudad de Ibarra del año 2015. (Tesis de pregrado). Universidad Técnica del Norte. Ecuador.
- Conde, C., Martín, M., Garofaro, V. (2002) Las canciones motrices III. Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación Infantil y Primaria a través de la música. Recuperado de <http://bdh.bne.es/bnearch/biblioteca/Las%20canciones%20motrices%20%20%20%20%20metodolog%C3%ADa%20para%20el%20desarrollo%20de%20las%20habilidades%20motrices%20en%20Educaci%C3%B3n%20Infantil%20y%20Primaria%20a%20trav%C3%A9s%20de%20la%20m%C3%Asica%20qls/Conde%20Caveda,%20Jos%C3%A9%20Luis/qls/bdh0000147931;jsessionid=45619AC97E2970325ACE303BE32F337E>
- Contreras, R. (2011) la coordinación y el equilibrio dentro de la Educación Física actual. Volumen (158) 1-10. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd158/la-coordinacion-y-el-equilibrio-dentro-de-la-educacion-fisica.htm>
- Club Vida Zoe.(2018) Vida Zoe Futbol Club. Recuperado el (10 de mayo de 2018) de <http://www.vidazoefc.com/>
- De Marziani, F. (2008) Fútbol Infantil: ¿Trabajo o diversión? ¿Esfuerzo o placer? ¿Competencia o juego? ¿Pena o gloria? , Volumen 810) 29-44 Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.3695/pr.3695.pdf
- Fernández, P. (2009) La importancia de la Educación Física en la escuela. Volumen (13) 1-1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela.htm>

- Fraile, C. (2012) El equilibrio en el aprendizaje de la Educación Física, (Tesis de pregrado). Universidad de Valladolid. Valencia.
- Hernández, S., Fernández, C., Baptista, L.(2006) Metodología de la Investigación Cuarta edición. Recuperado de https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis_sampieri_unidad_1-1.pdf
- Hernández, S., Fernández, C., Baptista, L.(2014) Metodología de la investigación Sexta Edición. Recuperado de https://trabajosocialudocpno.files.wordpress.com/2017/07/metodologc3a3c2ada_de_la_investigac3a3c2b3n_sampieri_6ta_edicion1.pdf
- Jiménez, C. (s.f.) Pruebas de valoración de la condición física. Material no publicado. Recuperado el (18 de mayo de 2018) de <http://jaimesegundo.edu.gva.es/j2/documentos/departamentos/Educacion%20Fisca/3ESO/TEST%20Y%20BAREMOS%20APTITUD%20FISICA.pdf>
- Mayorga, M. (2013). Propuesta pedagógica como medio para fortalecer la coordinación dinámica general a partir de la práctica del patinaje en los niños y niñas del grado transición del Jardín Andy Panda, (Tesis de pregrado). Universidad Libre, Bogotá.
- Manno, R. (1991) Paidotribo.com. Recuperado el (10 de mayo de 2018) de <http://www.paidotribo.com/ficha.aspx?cod=01108>
- Matas, T. (2010) Introducción a la investigación en Ciencias de la Educación. [content/uploads/2012/11/Introduccio%20a-la-investigacio%20en-Ciencias-de-la-Educacio%20.pdf](http://www.jprades.net/wp-content/uploads/2012/11/Introduccio%20a-la-investigacio%20en-Ciencias-de-la-Educacio%20.pdf) Recuperado de <http://www.jprades.net/wp->
- Mayolas, M., Villarrola, A., Reverter, M. (2010). Relación entre lateralidad y los aprendizajes escolares. Apuntes de Educación Física y Deportes. Volumen (101) 32-42. Recuperado de: <https://repositori.udl.cat/bitstream/handle/10459.1/46410/015510.pdf?seq>
- Morga, J. (2012, junio). ¿Por qué y cómo entrenar la coordinación en el fútbol? V Congreso Internacional de Fútbol Sala Cartagena "Desde la iniciación Hacia El Alto Rendimiento. Cartagena:Colombia.
- Muntaner, G, (1986). La educación psicomotriz: Concepto y concepciones de la psicomotricidad. Recuperado de: <https://www.raco.cat/index.php/EducacioCultura/article/viewFile/70218/96380>

- Neus, M., Colomé, J., Martí, M., Martín, R., Pinell, M., Rodríguez, N, Yuste, R. (2007). La educación psicomotriz (3-8) años . Barcelona : GRAÓ.
- Pérez, C. (2004). Psicomotricidad, desarrollo psicomotor en la infancia. Recuperado de: <http://media.axon.es/pdf/90072.pdf>
- Redondo, V. (2010) Coordinación y equilibrio: base para la educación física en primaria. Volumen (37) 1-11. Recuperado de https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/CRISTINA_REDONDO_1.pdf
- Revilla, L., Gómez, C, Dopico, P., Núñez, R. (2014). La coordinación visomotora y su importancia para desarrollo integral de niños con diagnóstico de retraso mental moderado. Volumen (193) 1-1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd193/coordinacion-visomotora-y-retraso-mental-moderado.htm>
- Robles, M. (2008). La coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en niños de 4 a 8 años. Volumen (16) 139-154. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/coordinacionmotrocidad.pdf>
- Rodríguez, G., Burgos, A., Parrado, R, (2015). Mejoramiento de la coordinación dinámica general por medio de actividades circenses (Tesis de pregrado). Universidad Libre: Bogotá.
- Sibaja, Q. (2003). El rol de los padres en la formación futbolística del niño. Volumen (3)77-81. Recuperado de <file:///C:/Users/Steven/Downloads/Dialnet-ElRoIDeLosPadresEnLaFormacionFutbolisticaDeLNino-4790846.pdf>
- Tepán, G., Zhingri, M. (2010). La lateralidad es la dominancia de uno de los hemisferios cerebrales (Material no publicado) Recuperado el (10 de mayo de 2018) de . <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2308/1/tps610.pdf>
- Vayer, P., Pícs, L. (1969). Educación Psicomotriz y retraso mental. Científico-Médica. Barcelona.

ANEXOS.

Estas fotos son evidencia del proceso e implementacione del test de entrada y test de salida y algunas de las sesiones de trabajo en el club vida zoe.

1



2 Carta de autorizacion al club y padres de la categoría sub 13.

Bogotá D.C

Marzo de 2018

AUTORIZACION

Por medio de la presente carta yo DAVID BENITEZ RAMÍREZ identificado con cedula de ciudadanía 1019063586 Solicito permiso al Club y a los padres a los integrantes de la academia Club de Futbol Vida Zoe de la sub 13 para realizar un diagnóstico físico, identificando así su estado coordinativo para la mejora de su gesto en futbol conducción de balón.

Gracias por la atención prestada

Atentamente,

3 Fotos test inicial y final







4 ANEXOS FOTOS SESIONES.















