

RELACION DEL COMPONENTE PERCEPTIVO VISUAL, Y DEL CONTROL
ORIENTADO EN FUTBOL, EN LAS ETAPAS DE 9 A 11 AÑOS DE EDAD

AUTORES:

OSCAR ESTIVEN RODRIGUEZ BALLESTEROS

BRAYAN HERLEY ROMERO PEDRAZA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

FACULTAD DE EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

OPCION DE GRADO

BOGOTA D.C. COLOMBIA MAYO DE 2016

RELACION DEL COMPONENTE PERCEPTIVO VISUAL, Y DEL CONTROL
ORIENTADO EN FUTBOL, EN LAS ETAPAS DE 9 A 11 AÑOS DE EDAD

AUTORES:

OSCAR ESTIVEN RODRIGUEZ BALLESTEROS

BRAYAN HERLEY ROMERO PEDRAZA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

FACULTAD DE EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

OPCION DE GRADO

TUTOR:

NICOLAY JAVIER GRACIA CORTES

BOGOTA D.C. COLOMBIA MAYO DE 2016

MONOGRAFÍA

NOTA DE ACEPTACIÓN

FIRMA DEL PRESIDENTE DEL JURADO

FIRMA DEL JURADO

FIRMA DEL JURADO

AGRADECIMIENTOS

En primera instancia queremos agradecer a dios por la sabiduría y la fuerza que nos brindó en momentos de gran importancia, también por encaminarnos a esta carrera la cual nos dejó muchos aprendizajes durante su proceso.

También a nuestras familias por permitirnos cumplir esta meta y apoyarnos en todo el proceso, lo cual es un gran paso para nuestras vidas.

Por último y no menos importante agradecer a los docentes que nos acompañaron en este proceso, ya que sin ellos hubiera sido difícil alcanzar esta meta.

DEDICATORIA

A dios por llenaros de tantas bendiciones y por permitirnos culminar este proceso de grandes obstáculos, y encaminarnos por el buen camino.

A nuestras familias por apoyarnos y aconsejarnos en momentos de dificultad y así fortaleciéndonos para finalizar este proceso.

INDICE DE CONTENIDO

Contenido	
Introducción.....	8
1. Contextualización.....	10
1.1 Macro Contexto.....	10
1.2 Micro Contexto.....	11
2. Problemática.....	13
2.1 Descripción del problema.....	13
2.2 Formulación del problema.....	14
2.3 Justificación.....	14
2.4 Objetivos.....	16
2.4.1 Objetivo general.....	16
2.4.2 Objetivo específico.....	16
3. Marco referencial.....	17
3.1 Marco de antecedentes.....	17
3.2 Marco teórico.....	22
3.3 Marco legal.....	31
4. Diseño metodológico.....	33
4.1 Método de investigación.....	35
4.2 Enfoque de la investigación.....	35

4.3 Población y muestra.....	37
4.4 Instrumentos de recolección de datos.....	38
5. Resultados.....	42
5.1 Técnica de análisis de resultados.....	43
5.2 Interpretación de resultados.....	45
6. Discusión.....	55
7. Conclusiones.....	58
8. Prospectiva.....	59
9. Referencias bibliográficas.....	60
10. Anexos.....	63
11. Cronograma.....	83

INTRODUCCION

Para el desarrollo de este proyecto fue necesario identificar una problemática manifestada a partir de la ausencia de estimulación de la percepción visual y su cohesión con la técnica individual en los planes de entrenamiento de fútbol formativo.

Como eje temático de la investigación lo que se pretende es demostrar la importancia del entrenamiento perceptivo visual en el fútbol y su relación en la actuación del jugador en el componente técnico individual del control orientado.

Actualmente el componente perceptivo visual no es muy tomado en cuenta en las unidades de entrenamiento formativo, y es por ello que se implementó el trabajo de este proyecto, con la prioridad de determinar la correlación existente entre las variables de estudio, que aluden a la capacidad coordinativa viso-pédica, y la otra, a la habilidad técnica individual del control orientado, para así de esta forma evaluar a los deportistas en un primer momento, y posterior a la manipulación de la variable de intervención.

En el fútbol el componente técnico individual es determinante en la actuación táctica del deportista, pero cabe destacar que la complejidad del entrenamiento articula los distintos factores del juego como lo son la técnica, la coordinación y la percepción visual. Es decir dentro de la actuación del deportista los componentes del juego se relacionan unos con otros permitiendo de esta manera mejorar el nivel motriz y condicional de los sujetos.

El estudio de investigación permitió trabajar con una población de 10 niños entre las edades de 9 a 11 años de la escuela de formación deportiva INTERNACIONAL CAMPEONES, ubicada en el parque benjamín herrera. Los instrumentos utilizados fueron dos pruebas estandarizadas, Test de control orientado y Test de “escalera los cuales

facilitaron identificar las diferentes falencias de la muestra, y a partir de este diagnóstico ejecutar el plan metodológico para el desarrollado del trabajado que duro un mes con una frecuencia de entrenamiento de dos veces por semana en donde los deportistas aplicaron ejercicios específicos a la percepción visual y al control orientado en el futbol.

1. CONTEXTUALIZACION

Mediante el actual proyecto de investigación se plantea examinar por componentes referentes al lugar donde esta se realizara, en los cuales involucra condiciones de tipo social, cultural, político, económico, etc. Ya que estos son primordiales para determinar el contexto donde se llevara a cabo la investigación. Para esto es de vital importancia definir el concepto de contextualización.

Juliao (2011), afirma que la contextualización está relacionada claramente con “la fase del ver, ya que, pretende responder al que sucede, razón principal para que el investigador recolecte la información, analice y contextualice la problemática, de este modo, cada vez más logra involucrarse y por ende facilitar el proceso de investigar.

1.1. MACRO CONTEXTO

El proyecto se adelanta en la ciudad de Bogotá, la cual está ubicada en el centro del país, en la cordillera oriental, cuenta con una extensión aproximada de 33 kilómetros de sur a norte y de 16 kilómetros de oriente a occidente, hasta el 2005 cuenta con una población de 6,763 millones de habitantes, según la Organización de las Naciones Unidas (ONU).

Esta ciudad actualmente está dividida en 20 localidades o distritos: Bosa, Kennedy, Barrios Unidos, Fontibón, suba, Engativá, Antonio Nariño, Ciudad Bolívar, Chapinero, La Candelaria, Los Mártires, Puente Aranda, Rafael Uribe Uribe, San Cristóbal, Santa fe, Suma paz, Teusaquillo, Tunjuelito, Usaquén, Usme. Dentro de cada localidad se encuentran las

UPZ (Unidades de Planeamiento Zonal) la función de una UPZ es generar facilidad para distribuir los recursos económicos de la ciudad, estas son unas subdivisiones urbanas, cada una de estas agrupa un número determinado de barrios, Bogotá cuenta con un aproximado de 5145 barrios, según la Alcaldía Mayor de Bogotá (Secretaría General).

La ciudad cuenta con una economía sólida, ya que su PIB (Producto Interno Bruto) representa el 25% del total de Colombia y es superior al de varios países de América Latina, también se complementa con el propicio clima para los negocios que ofrece el entorno nacional, uno de los atractivos de Bogotá es su ubicación, ya que se encuentra en el centro del país, por ende ofrece gran variedad de conexiones internacionales y cuenta con la terminal aérea de mayor capacidad para el transporte de carga en América Latina. Según la Alcaldía Mayor de Bogotá.

1.2. MICRO CONTEXTO

Nos enfocamos al noroccidente de la ciudad, en la localidad doce del distrito capital de Bogotá llamada Barrios Unidos, posee una extensión total de 1.189.52 hectáreas, tiene una población de 254.162 habitantes. Es considerada la quinta localidad con menor extensión de hectáreas del distrito, se divide en 4 UPZ Los Andes, Doce de Octubre, Alcázares y Parque el Salitre, las cuales agrupan los 44 barrios de esta localidad. Según la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte.

Alcázares es la UPZ más grande de la localidad, al agrupar 20 barrios entre ellos el 7 de Agosto, el cual cuenta con gran variedad de comercio en general (alimentación, vestidura, centros deportivos, autopartes y reparación de automotores), es fundamental en la

investigación ya que allí está ubicado el parque Gimnasio del Norte reconocido popularmente como Benjamín Herrera, esta administrado por el IDRD, esta acoplado con dos canchas de micro fútbol, una cancha de baloncesto, una cancha sintética de futbol 8 y zona verde. Dentro de este parque se encuentra instalada la escuela de futbol Internacional Campeones, fue fundada en el año 2013 por la docente de educación física Inés Valderrama, en el 2014 logro obtener el aval del distrito y por ende ser más reconocida a nivel distrital. Está formada por un grupo de trabajo conformado por una directora, una coordinadora, una administradora y cuatro docentes. Cuenta con una población de 50 niños entre ellos 40 hombres y 10 niñas entre las edades de 6 a 17 años, se encuentran entre los estratos 3 y 4, la población que se trabajo fue la categoría 2005 – 2006 la cual está conformada por 10 niños del sexo masculino.

2. PROBLEMÁTICA

Iniciaremos analizando el significado de problemática para profundizar claramente el tema de esta investigación. Después de examinar el concepto dado de varios autores nos identificamos más con. (Sampieri & otros citan a Selltiz, 1980, p38) define que “plantear el problema no es sino afinar y estructurar más formalmente la idea de investigación”, es decir, la problemática nos permite formar y fortalecer el tema a investigar.

Por otra lado en el modelo praxeológico podemos ver que para realizar una investigación social, existe un planteamiento en el que debemos ubicar la problemática fundamental para superar el prejuicio del investigador (Juliao, 2011), lo que quiere decir es, cuando se realiza una investigación es primordial identificar los problemas más evidentes en la investigación.

2.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA

Para abordar la problemática es necesario identificar, la relevancia del trabajo perceptivo visual y la técnica individual del control orientado en los planes de entrenamiento puesto que son dos componentes fundamentales en la formación integral de los deportistas. Actualmente se predispone por ejecutar el trabajo de entrenamiento de manera parcelizada o fragmentada,

desconociendo que el fútbol es integral, complejo, es decir las partes no se pueden separar, lo que significa que no es adecuado trabajarlas como componentes aislados.

Lo que se debe pretender es direccionar el entrenamiento hacia una modelo global que permita correlacionar de manera absoluta los componentes del entrenamiento. En otras palabras desarrollar entrenamientos por multiestimulos que naturalmente converjan en una misma dirección.

Para determinar lo anterior se trabajaron dos aspectos elementales en la práctica del fútbol, el mejoramiento técnico y la coordinación viso pedica, las cuales generan un tipo de correlación positiva o negativa, todo esto enfocado en una muestra de 10 deportistas entre las etapas de 9 a 11 años de la escuela Internacional Campeones.

2.2. FORMULACION DEL PROBLEMA

Con base a lo anterior surge la pregunta problema:

¿El entrenamiento de la percepción visual y de la técnica individual del control orientado en los jugadores de la escuela internacional campeones, en las etapa de 9 a 11 años de edad, que tipo de relación manifiesta?

2.3. JUSTIFICACION

La intención principal de este trabajo es demostrar la importancia de la entrenabilidad perceptivo visual y el componente técnico táctico del control orientado, siendo estas,

herramientas esenciales para la mejora del nivel deportivo, donde buscamos beneficiar tanto a entrenadores deportivos como a los jugadores, para ello hemos trabajado sobre este contenido en la escuela de formación deportiva Internacional Campeones, con niños que oscilan entre los 9 y 11 años de edad, donde observamos la carencia de estos métodos en los estudiantes evaluados puesto que los entrenadores ya tienen su cronograma diseñado.

Con base en esto se implementaron dos test para evaluar el entrenamiento perceptivo visual y la técnica individual del control orientado, y así tener un punto de referencia para planificar ejercicios adecuados encaminados hacia la mejora de dichas carencias, con el fin de analizar y comparar resultados, y determinar si dichos métodos mejoran el proceso formación a nivel deportivo del evaluado.

Todo esto enfocado en diversos métodos de investigación, para lograr un mayor conocimiento sobre el tema, profundizando en las ventajas que aporta la percepción visual en el campo de fútbol y los cambios que puede generar en la toma de decisiones en una acción real de juego.

De esta forma el proyecto de investigación contrae beneficios que se resultaran a lo largo de un tiempo determinado como lo demostró el proyecto, la entrenabilidad de estas capacidades mejoro las habilidades de los deportistas en diferentes ámbitos tanto en sus capacidades perceptivas visuales como en la coordinación de tareas específicas en acciones de juego que son determinantes para la práctica del futbol.

Por otro lado las variables arrojadas durante el proyecto son de alguna manera sustento que permitió identificar la mejora en los deportistas trabajados durante el proceso

del estudio, las variables son determinantes ya que permiten identificar el proceso y el progreso de los deportistas y así concluir con resultados.

Como resultado de esta investigación pretendemos que este tema sea tomado en cuenta por los profesores e incluido en sus planeaciones de trabajo para lograr una mayor capacitación al estudiante en formación.

2.4. OBJETIVOS

2.4.1 OBJETIVO GENERAL

Comprobar que tipo de relación existe entre el entrenamiento perceptivo visual y la técnica individual del control orientado, en los jugadores de 9 a 11 años de edad en la escuela de formación deportiva internacional campeones en el año 2016.

2.4. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Analizar los datos obtenidos en pre test y en el post test de las variables de coordinación viso-pédica y control orientado a partir del coeficiente de Pearson en las etapas de 9 a 11 años de edad en la escuela de formación deportiva internacional campeones.
- Explicar los efectos que puede ocasionar la ausencia de entrenabilidad del componente perceptivo visual, y de la técnica individual del control orientado en el

proceso formativo en la escuela de formación deportiva internacional campeones en las etapas de 9 a 11 años de edad.

- Diseñar ejercicios específicos al entrenamiento perceptivo visual y la técnica del control orientado acordes a las características en las etapas de 9 a 11 años de edad.

3. MARCO REFERENCIAL

3.1. ANTECEDENTES

Para la construcción de los antecedentes de la presente investigación se indagó en los repositorios de las siguientes universidades Extremadura España, Universidad Del Deporte Cubano – Cuba, , Universidad De Castilla De La Mancha – España; esto con el fin de aclarar las distintas investigaciones que se han hecho a lo que nuestro tema se refiere, entrenamiento visual y cognitivo en futbol base.

En la Universidad Extremadura España se encontró una tesis de pregrado que se titula “Influencia del entrenamiento perceptivo, basado en la anticipación, sobre el comportamiento visual y la respuesta de reacción aplicado al tenis” (2008), esta investigación consistió en entrenar la percepción visual y la anticipación en el tenis.

Cualquier tenista, independientemente de su nivel de juego, cuando entra en una pista de tenis para jugar un partido o realizar un entrenamiento, debe tomar constantemente decisiones acertadas sobre las acciones que ocurren durante el juego. Estas decisiones están condicionadas principalmente por su capacidad de percibir el entorno deportivo, por su capacidad de movimiento y por las acciones realizadas por su oponente.

Actualmente, en el tenis profesional, los excelentes niveles de condición física, técnica, táctica y psicológica que son exigidos durante cada temporada deportiva, junto a las mejoras tecnológicas de los materiales utilizados durante el juego, provoca que la velocidad del juego sea cada vez mayor, con el consiguiente descenso del tiempo disponible para percibir, decidir y responder frente a las acciones deportivas. Si a ello sumamos la cantidad de estímulos que se suceden en cada situación deportiva y, las propias e inherentes limitaciones psicológicas y biológicas del ser humano en su capacidad de procesar información y de reacción; parece lógico pensar en la necesidad de que los tenistas aprendan a seleccionar los estímulos necesarios del contexto deportivo, y así poder iniciar con antelación movimientos adaptados a cada situación del juego.

La pregunta de investigación fue: ¿A qué edad el deportista obtiene mejor percepción visual en el campo de juego? Y para su resolución se utilizó la metodología de seguimiento cuantitativo presente en el laboratorio de Control y Aprendizaje Motor de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Extremadura. Es un sistema tecnológico de registro, en tiempo real, del comportamiento visual de los deportistas.

Dentro de las conclusiones más relevantes de este proyecto se encuentra que con un buen entrenamiento a cualquier edad se puede mejorar la percepción visual en los deportistas. Como segunda conclusión se encuentra que

Los programas de entrenamiento perceptivo podrían convertirse en un complemento de la práctica física en deportes de raqueta o móviles, donde existe una limitación temporal en la ejecución de la respuesta.

-Los programas de entrenamiento perceptivo podrían ser introducidos progresivamente en los contenidos formativos de enseñanza, conforme aumente el nivel de juego de los deportistas. Primero, con instrucciones e información de feedback más genérica y luego, con información más precisa y específica.

-Los programas de entrenamiento perceptivo tendrían que vincular los procesos perceptivos y motores, con el fin de mantener la dependencia entre la percepción y la acción.

Los programas de entrenamiento perceptivo podrían incluir el aprendizaje de la tarea, no sólo en situaciones de laboratorio sino también en la propia pista o terreno de juego.

En la Universidad del Deporte Cubano – Cuba se encontró una tesis de pregrado titulada “La percepción y las habilidades visuales en el boxeo” (2008) que consistió en cómo mejorar la percepción visual en el boxeo por medio de test en la tesis se da la descripción de varios autores: los cuales, coinciden en considerar el proceso de la percepción visual como un reflejo cognoscitivo que nos permite ejercer en un mundo de objetos, fenómenos, permitiendo recoger el mayor número de información de lo que es perceptible a nuestro alrededor (Devore y Devore, 1981; Kerr, 1982; Gregg, 1987; MacLeod, 1991; Magill, 1980; Mayoral, 1982; Revien y Gabor, 1981; Schmidt, 1988). MacLeod (1991), y concluyen plantando que es el sentido psicológico más exacto por el cual recibimos la información del movimiento, de los objetos y de las características espacio-temporales del entorno.

La pregunta de la investigación fue ¿cómo se mejora la percepción visual y para qué? Para responder esta pregunta se utilizó la siguiente metodología: De acuerdo con estos planteamientos, se presenta a través de este trabajo la selección del contenido perceptivo, con el cual se estimulan las habilidades visuales que se convierten en premisas del rendimiento para el boxeo según la autora, Plou (1994).

Plou (1994), identifica a la: agudeza visual dinámica, motilidad ocular, coordinación óculo - manual y tiempo de reacción visual como premisas del rendimiento psicológico del boxeador. Abriéndose nuevas invariantes de contenido acerca de las capacidades perceptivo visual a tratar dentro del entrenamiento deportivo.

Las conclusiones son:

Se concluyó que la percepción visual se debe trabajar enfocada en los colores y se entrena para tener una adecuada y mejor visión temporo-espacial.

En este caso el autor piensa que el deportista será más competente, cuando consiga mayor calidad en su percepción visual, ya que el proceso de su aprendizaje (comprensión, conocimiento) y ejecución (visualización, retención), serán más eficientes. González (2006). Cuando se elabora un entrenamiento psicológico y pedagógico, este debe delimitar su destinatario, en el caso que nos ocupa el entrenamiento perceptivo visual está dirigido a los boxeadores de 13 a 14 años de edad. Exciten dos cuestiones fundamentales que justifican la selección de esta categoría deportiva para la investigación:

El deporte escolar constituye el relevo de los equipos nacionales, por tanto, si logramos desarrollar una buena formación desde su iniciación, estaremos garantizando un buen relevo para el futuro, máxime en estos tiempos, en los que se necesitan de boxeadores que sean capaces de cubrir plazas en un futuro inmediato.

En la Universidad de Granada – Meta- Colombia se encontró una tesis de pregrado que se titula “Metodología de enseñanza basada en la implicación cognitiva del jugador de fútbol base” (2006) La investigación que presentamos a continuación surge como consecuencia de

mi participación y contacto directo con el entorno del fútbol base, como entrenador de estas categorías y posteriormente como agente inmerso en los procesos de formación de los técnicos deportivos. Estudios que relacionan el comportamiento visual y la toma de decisiones en el deporte. Trasladar los principios de la enseñanza basada en la implicación de alumnos y la significatividad de los aprendizajes al contexto de los procesos de enseñanza-aprendizaje en el fútbol base.

La pregunta de investigación fue: ¿cómo trabajar la percepción visual en el fútbol base? Para responder esta pregunta Utilizaremos ejercicios del método tradicional para enseñar a los alumnos tales como: método analítico, método pasivo, método mecanicista, método directivo, método intuitivo. Siempre implicado al estudiante para que entienda y aplique mucho mejor el estilo de la practica en cada situación real de juego.

Las conclusiones son:

Por medio de ejercicios motores incluyendo la situación real de juego y poniendo como objetivo la diferenciación de colores.

La muestra examinada presenta un nivel de dispersión bastante elevado, que nos viene a demostrar una falta de posicionamiento ideológico claro del entrenador de fútbol, el cual se identifica con caracteres varios y pertenecientes a distintas teorías. La muestra examinada presenta una preocupación elevada por aspectos relacionados con el aprendizaje de los alumnos y la mejora del mismo. El rechazo de aspectos muy tradicionales, aunque normalmente arraigados a la enseñanza y entrenamiento del fútbol base, nos hacen vislumbrar un avance metodológico en la formación y posterior práctica de los entrenadores.

3.2. MARCO TEORICO

FUTBOL BASE

Para abordar este tema se establece el futbol base como un principio fundamental en la formación de un deportista, ya que es donde adquiere todo el conocimiento tanto mental como motriz, ligado a esto se puede formar las capacidades básicas de el a una edad temprana. Por lo tanto la mejora de estas capacidades físicas se determina según el entrenamiento ejecutado al deportista.

Según Florensa, (2012), los niños entre los 7 y 10 años de edad tienen más capacidad para aprender, a estas edades, tendríamos que poner a los mejores entrenadores para lograr que el niño evolucione con posibilidades de ser buen jugador de futbol.

Por otra parte el proceso de un niño requiere de permanencia a largo plazo y de sujetos ligados y determinados para acompañarlos en su camino hacia el aprendizaje (Florensa, 2012). Dado esto se debe tener en cuenta que hay que mirar la forma de actuar del deportista para así contribuir en sus necesidades mentales que van ligadas a como, donde y cuando realizar el ejercicio.

De esta manera la apreciación de un jugador en fútbol base está ligada a aspectos psicológicos del juego y del entorno que lo rodea y a los ejercicios los cuales deberán estar adaptados a las características de los sujetos. (De La Vega Marcos 2003).

ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:

Es muy relevante entender que es el entrenamiento deportivo, según Ozolin, (1983), Es el desarrollo de la organización del organismo a las cargas funcionales progresivas, a mayores requerimientos en la expresión de la fuerza y la rapidez, a la resistencia, la flexibilidad, también a la coordinación de los movimientos y la habilidad.

De esta manera la importancia del entrenamiento perceptivo en el deporte colectivo y el entrenamiento de las cualidades físicas del futbolista siempre han tenido una notabilidad importante dentro de los contenidos de la preparación del fútbol, puesto que resalta las habilidades más notables de un futbolista dentro de una acción de juego real.

De otro modo en cualquier deporte o en el fútbol las informaciones están ligadas a la trayectoria del balón o del proyectil y además ha de comprobar los indicios prescriptivos de dicha trayectoria hacia la realización del siguiente movimiento. (Medina, Ureña Villanueva, Velan drino, y García 2004).

Esta información es la más apreciable en cualquiera de los entornos de una acción de juego ya que determina la ruta de ejecución ya sea de un elemento decisivo o de un cuerpo humano en el espacio.

Así mismo el entrenamiento deportivo se establece mediante unas pautas en la realización de un plan de entrenamiento como no lo menciona Plou, (2007). El entrenamiento visual se ejecuta en la construcción de una serie de ejercicios establecidos que necesariamente deben cumplir ciertas características.

Sumando a lo anterior, Parraga, (2014) afirma que el proceso de entrenamiento está en constante estudio, establece que los objetivos deben de ser claros con la intención de mejorar

el potencial del deportista, es importante resaltar el proceso que se debe tener en cuenta a la hora de ejecutar dichos ejercicios. En conclusión la planificación de los ejercicios tienen que tener como objetivo, la mejora de las habilidades más resaltantes a la hora de la ejecución en la acción de juego real.

De acuerdo a esto Parraga, (2014) plantea, diversas variables que hay que examinar en el deporte, como la toma decisiones sobre que, cuando, como y para que entrenar, los cuales son interrogantes que expresan una calidad en la planificación del entrenamiento.

COMPONENTE TECNICO TACTICO

La Preparación Técnica y Táctica es la parte más definida del entrenamiento deportivo ya que con ellas se lleva a cabo la fase de la competitividad. (Gonzales, Gutiérrez, pastor y Fernández, 2007).

Todo el proceso de preparación del atleta va encaminado a lograr la ejecución adecuada de los elementos técnicos y las acciones tácticas, (García, Rodríguez y Garzón 2011).

El fútbol está determinado hacia los cinco trabajos deportivos con mayores exigencias visuales, entre las que más inciden la visión periférica, la motilidad ocular, la fijación, la capacidad de persecución o de seguimiento de movimientos, García, et al (2011).

Por otra parte determinamos varios aspectos importantes a la hora de mejorar el entrenamiento técnico-táctico en deportistas, como lo menciona Calvo (1998) donde establece que el entrenamiento deportivo debe poseer distintos métodos de entrenamiento, medios y métodos de ejecución, adaptados a las diferentes cualidades de cada deportista.

También Herrera, (2008), manifiesta que la visión de juego es esencial para comprender las necesidades de los deportistas desde el punto de vista técnico táctico y desde la adaptabilidad del deportista a las situaciones variables del juego.

Por otra parte de acuerdo con French y McPherson, 2004, (como se citó en Gonzales, García, Pastor y Contreras, 2011), plantean que existe un metodología de la enseñanza deportiva, en el cual los modelos enfocados a la táctica que carece de investigación, es la de la formación de expertos, según varios anexos encontrados sobre este tipo de metodología, existen tres factores para las exploraciones futuras. La primera se enfoca en la ejecución de más actividades de investigación para generar un mejor ámbito de trabajo según la etapa de cada deportista. La segunda va encaminada a la descripción del comportamiento del desarrollo y el aprendizaje del proceso motor. Y la tercera se enfatiza en determinar qué tipo de ejercicios son más determinantes para la mejora del aprendizaje de este método.

PERCEPCION VISUAL.

De alguna manera la percepción visual se determinó, como la comprensión del ser humano hacia las reacciones del entorno rodeante. De esta manera puede haber percepciones deportivas, percepciones a estímulos, percepciones a la actividad etc. Rosales (2010), lo define como el sistema que permite compartir el espacio y los objetos del cuerpo, y da la posibilidad de resaltar estas sensaciones mediante signos, que generan la comprensión de todos los elementos.

Por otro lado Rosales (2010), menciona que existe una percepción del movimiento, basado en el desplazamiento de un cuerpo de un lugar a otro en el mundo físico.

Sumado a lo anterior Rosales (2010), expone unas variables y unos estímulos, que percibidos por los jugadores, mitigara la complejidad de comprender la percepción visual desde el fútbol, también expone unas causas determinantes a la hora de percibir las en el fútbol:

- Portador del balón.
- Situación y orientación espacial de los atacantes.
- Situación y orientación espacial de los defensores.
- Distancia entre atacantes y defensores.
- Zona del campo de juego donde se desarrolla la acción.
- Actuación en determinadas situaciones.

Sin embargo la visión es lo más importante en un situación cambiante del espacio donde se encuentra un humano, (Quevedo, 2014).

Por otra parte, la situación de juego es determinante hacia la percepción del entorno cambiante, por lo cual es relevante la relación entre visión y rendimiento deportivo. (Quevedo, 2014).

Dado esto, se comprende que todo comportamiento visual conlleva una respuesta de reacción hacia una acción de juego (Campo, 2012).

Por lo cual genera acciones que sin ser trabajadas afligen a la percepción visual en el juego, por ello es que las necesidades visuales varían según la acción (Campo, 2012).

En unas modalidades se necesita más la relevancia de la visión central, mientras que en otras es más dominante la visión periférica (Quevedo, 2014).

La visión periférica se define, como la habilidad de localizar, reconocer y responder a la información en las distintas áreas del campo visual alrededor del objeto (Plou, 2007).

Por otro lado la visión central se define como ese movimiento que mantiene la vista centrada en un objeto específico en todo momento, ya que este es su objetivo principal sin importar las situaciones cambiantes del entorno (plou, 2007).

Por otra parte, Roncagli como se citó en Salvador,(2006) asegura que por medio de la visión, el hombre recoge más de dos tercios de la información sensorial que le alcanza al cerebro, y que esto puede ser analizado, entrenado, mejorado, o para la mejora de su rendimiento.

Así mismo de acuerdo con Solé, como se citó en Salvador, (2006), considera que si el deportista muestra insuficiencias en sus analizadores visuales, la información que recogerá será insuficiente y por ende retrasará su transcurso de aprendizaje. Según lo anterior se dice que un deportista con poca percepción visual será un deportista con problemas para captar la información implementada por su entrenador y ejecutará con dificultad los ejercicios o actividades implementadas.

FUNCION VISUAL

Fisiología del ojo

El comportamiento del ojo, y su funcionalidad, es muy relevante mencionar como está conformado el ojo dentro de cualquier movimiento voluntario que realice el ser humano.

A partir de lo anterior, el globo ocular se aloja en la cavidad ósea conformada por los huesos del cráneo y de la cara. Las paredes del globo ocular están compuestas por tres

membranas concéntricas denominadas esclerótica, coroides y retina. Además, existen tres medios transparentes denominados humor acuoso, cristalino y humor vítreo. (Barbosa, cely, Ariza , 2015 P, 32)

Según lo anterior, en cuanto a las vías neuronales La recepción del estímulo visual comienza en los conos y los bastones. (Carpenter, 1994).

Los pedículos de los conos poseen varias invaginaciones que contienen terminaciones de células horizontales, bipolares pequeñas y bipolares planas en una disposición específica. Las esférulas de los bastones tienen una sola invaginación que contiene múltiples sinapsis con células horizontales y bipolares (Barbosa, cely Ariza , 2015 P, 32)

De acuerdo con carpenter, 1994 (como se citó en Barbosa, cely y ariza 2015, P 33), en la retina existen una serie de células ganglionares que se ponen en contacto con el resto de neuronas de la retina y cuyos axones originan el nervio óptico. Las células ganglionares pequeñas hacen sinapsis con una sola célula bipolar y las células ganglionares difusas establecen contactos con todos los tipos de células bipolares. Por último, las células horizontales y las células amacrinas son interneuronas de la retina. Las células horizontales tienen axones y dendritas indiferenciadas que, posiblemente, sean capaces de transmitir y recibir estímulos indistintamente.

De igual manera guyton, 1992 (como se cito en sillero, 2002), resalta que, desde el punto de vista óptico, el ojo es similar a una cámara fotográfica, pues tiene un sistema de lentes (córneaCristalino y las interfaces transparentes existentes entre ambos), un sistema de apertura variable (la pupila), y una zona que registra la imagen (la retina).

Con base a lo anterior Ungerleider y Mishkim, 1982 (como se cito Barbosa, cely Ariza , 2015 P, 33- 34-35), existen los sistemas de acción y percepción, quienes identificaron dos vías para procesar la información visual, Una vía “dorsal”, dirigida desde el córtex visual primario al córtex parietal posterior, que se encargaría de la visión espacial y permitiría a los primates localizar un objeto en el espacio, y una vía “ventral”, dirigida desde el córtex visual primario al córtex temporal inferior, que estaría relacionada con la identificación de los objetos.

La función visual es relevante, al momento de acciones cambiantes del entorno y al instante de una acción de juego real, donde las funcionalidades, los reflejos y la percepción son fundamentales para la ejecución de las habilidades deportivas.

De acuerdo con Gilman y Getman (como se citó en Quevedo, 2014) donde proponen, que el sistema visual tiene capacidad para acoplarse a diferentes actividades a la que se le expone, lo que llevaría a algún tipo de especialización visual, que implantaría diferencias entre las numerosas modalidades deportivas.

Por otra parte, el aumento del conocimiento entre los investigadores, de que la percepción de la imagen que se visualiza, establece una conducta adecuada en el deporte, por ende ha llevado a investigar la importancia de esta variable en el rendimiento deportivo. (Moreno, F. J.; Ávila, F.; Damas, J. S. 2001)

De esta manera desde un punto cognitivo, la acertada capacidad de procesamiento de información del deportista en un ambiente complejo, en cuanto a la cantidad de información, se refiere a la limitación temporal, pretende que las demandas situacionales permanezcan

sometidas exclusivamente a las fuentes de información más oportunas. (Moreno, F. J.; Ávila, F.; Damas, J. S. 2001).

Desde un aspecto cognitivo, el aprendizaje y el rendimiento en destrezas deportivas, está vigorosamente ajustado por la velocidad de cambio de información contextual, en la situación deportiva específica (Moreno, F. J.; Ávila, F.; Damas, J. S. 2001).

De este modo la información que el sujeto adquiera, determinará el rendimiento de sus habilidades enfatizada en el proceso de recibir dicha información y de la ejecución, en este caso es un proceso técnico táctico con visualización hacia un control orientado específico.

3.3. MARCO LEGAL

Para referenciar lo que fue el proyecto de investigación es necesario mencionar algunas leyes que acogen el deporte como la Ley 494 de 1999, la cual modifica la ley 181 de 1995 y la ley 1228 de 1995, menciona en su artículo 1, que las federaciones deportivas nacionales también pueden estar constituidas por clubes deportivos por ende esta ley es mencionada ya que en el proyecto de investigación se trabajó con un club deportivo llamado escuela de formación deportiva internacional campeones donde está avalada a 1 año exactamente y de ahí se toca como referencia hacia un proyecto de experimentación con ya la población establecida.

De esta forma debemos tomar en cuenta y abordar la ley general del deporte, abarcaremos primordialmente la Constitución Política de Colombia, artículo 52, el cual menciona, el ejercicio del deporte, sus expresiones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como destino la formación integral de las personas, cuidar y ampliar una mejor calidad de vida en el ser humano de esta forma en el proyecto se enfatizó específicamente en el fútbol donde el objetivo es que por medio del desarrollo integral de los niños los decentes tengan un método de intervención hacia las personas establecidas dentro del marco de formación, trabajemos los valores y los diferentes aspectos de la formación integral de los niños por medio desde un deporte es específico el fútbol.

Ley 181 de 1995, la cual dicta disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte enfocándolo al proyecto es notorio evidenciar que esta ley acoge al plan en todo sentido tanto a los docentes cuanto fomentamos la recreación y el deporte tanto a los

deportistas (niños) en el aprovechamiento del tiempo libre y el ocio en todo momento por medio del futbol.

4. DISEÑO METODOLOGICO

En el presente capítulo vamos a encontrar todo el marco metodológico que seguimos a lo largo de toda la investigación debido que durante la elaboración de la misma es de carácter pre experimental con un enfoque cuantitativo y de alcance Correlacional. Basado en estos tres aspectos que se implementaron durante el proyecto, se pudo entender hacia donde está enfocado y que esperábamos en base a resultados e hipótesis.

Por la relevancia de nuestra investigación nos permitió establecer y recolectar fuentes de información de internet (google académico) repositorios de información tales como

(Ebsco, proquets Atla etc.) Con el fin de ampliar y profundizar acerca de nuestro tema en general con tesis relacionadas con nuestro tema y artículos científicos.

Para lo que fue el diagnóstico y el desarrollo de los análisis utilizamos dos instrumentos de medición, uno llamado test control orientado y el otro test coordinación viso-pedica.

Para recolectar los datos se implementaran los test en dos momentos, al inicio de la investigación y al final de esta, para determinar así, si se genera una mejora según la intervención práctica, que vendría a ser la fase media de la investigación, estos dos resultados fueron correlacionados en tablas de análisis las cuales nos permitieron hacer una identificación del proceso trabajado durante todo el proyecto y así determinar qué tipo correlación se evidencia.

Ya para finalizar basado en los datos recolectados durante la investigación, concluimos con los análisis de resultados donde nos estableció el proceso de investigación, hacia donde está ligada concretamente.

4.1 METODO DE INVESTIGACIÓN.

De esta forma el proyecto se basa en un tipo de investigación cuantitativa, ya que pretende examinar los datos, la investigación cuantitativa lo que proyecta es entender una observación empírica bajo estadísticas y porcentajes.

Esto involucra que la investigación cuantitativa cumple preguntas específicas y responde a una hipótesis partir del análisis de resultados, (Sampieri 2010).

Por otro lado el tipo de investigación es determinante, ya que los datos arrojados son de carácter numérico en todo momento, de esta forma este tipo de investigación dará como resultado una base para la sustentación de los criterios que son determinantes en el proyecto, generando así la resolución de las hipótesis las cuales pueden ser positivas o negativas, según lo determine el proyecto.

4.2 ENFOQUE DE LA INVESTIGACION

CORRELACIONAL

Los estudios correlacionales miden dos a mas variables con datos numéricos o acciones relacionadas entre sí, hacia varios sujetos o grupos poblacionales (Sampieri 2010).

(Sampieri 2010). Manifiesta que “este tipo de alcance pretende conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o mas conceptos o variables en un contexto en particular” (p81)

Por lo anterior se pretende analizar los datos arrojados por los test, en primer momento y en segundo momento, para observar un diagnostico del grupo poblacional y en segunda

instancia después de la intervención planteada, correlacionar las variables de estudio y así de esta manera conocer si la relación de las variables de estudio positivas o negativas.

PARADIGMA EMPIRICO ANALITICO

Es un modelo de investigación científica, que se basa en la lógica empírica y en las ciencias descriptivas, de esta forma lo aborda a la investigación a partir de la descripción del grupo poblacional, partiendo de los resultados arrojados a lo largo del proceso de la investigación científica (Sampieri, 2010).

De esta manera en el proyecto de investigación se toma el paradigma empírico analítico, ya que se va a realizar una descripción de las variables, las cuales arrojan datos numéricos, con el fin de generar una relación entre las dos y determinar los componentes que sustentan el proyecto.

DISEÑO PRE EXPERIMENTAL

“El diseño señala al investigador lo que debe hacer para alcanzar sus objetivos de estudio, contestar los interrogantes que se ha planteado, y analizar la certeza de las hipótesis que se han formulado en un contexto” particular Sampieri 2008 (p 136).

A partir de lo anterior en el estudio se ejecuto un diseño pre experimental de pre prueba y posprueba con un solo grupo, el cual consiste en la aplicación a un grupo una prueba previa, luego se le aplica un tratamiento y posterior a este se valora de nuevo el grupo.

4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.

Para la realización de la presente investigación se estableció una población, la cual fue, la escuela Internacional Campeones, está ubicada en la localidad de barrios unidos, exactamente en el barrio 7 de agosto en el parque Benjamín Herrera, esta escuela cuenta con 50 deportistas que constan entre las edades de 6 a 17 años de edad, en donde todos cumplen una jornada de entrenamiento de 4 horas semanales.

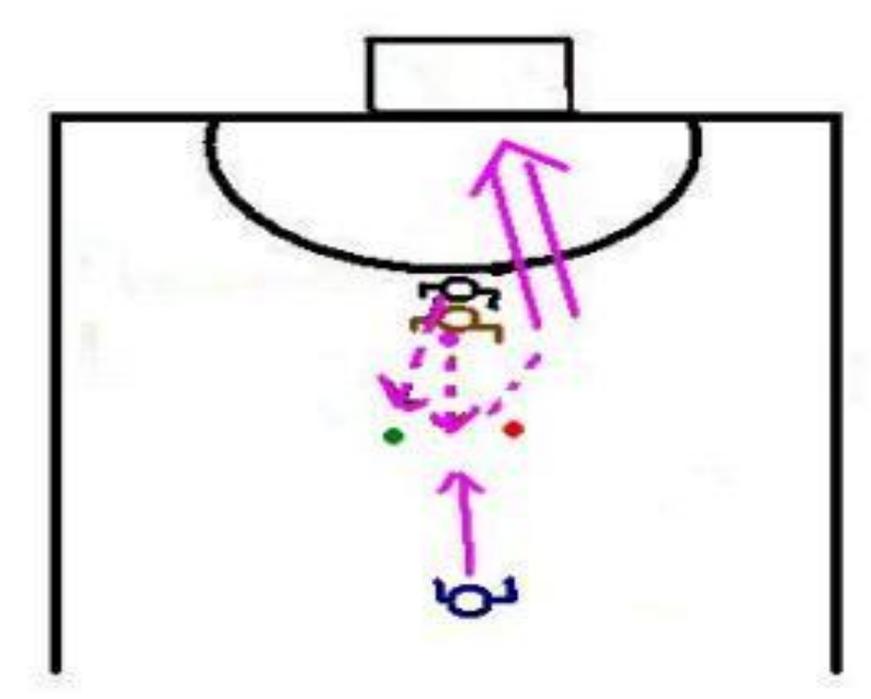
Para la selección de la muestra, se favoreció a las etapas de 9 a 11 años, la cual arrojó una cantidad de 10 sujetos, con una vida deportiva mayor a los 3 años de entrenamiento continuo. La técnica de muestreo es no probabilístico o muestreo por conveniencia, es decir los sujetos seleccionados para el estudio fueron elegidos por su accesibilidad, o por su fácil disponibilidad, no porque hayan sido seleccionados mediante un criterio estadístico.

Además de esto, como afirma Sampieri 2010 (p190) “la ventaja de emplear este tipo de muestreo desde la perspectiva cuantitativa, es su utilidad que no requiere tanto su representatividad de elementos de una población sino una cierta cantidad de casos elegidos cuidadosamente en el planteamiento del problema”.

4.4 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.

Para la investigación utilizamos instrumentos de medición, pruebas estandarizadas, que fueron dos test que se aplicaron uno llamado, Test de control orientado y Test de “la escalera “.

Test de control orientado: Roberto Montes Gracia (España)



El jugador evaluado será el de color café, se ubicara de cara al jugador de color azul, que se ubica en medio del campo con el balón, detrás del jugador café se encuentra ubicado un defensor y en la portería un arquero, aunque no intervenga en este, dará una mayor contextualización al test, y una mayor motivación a los jugadores. A una distancia de 3 metros del jugador defensor se ubicaran 2 conos, cada uno alienado a un porte del arco,

El test iniciara en el jugador azul, el cual dirigirá un pase al jugador azul, este deberá controlar el balón y realizar un tiro al arco. En el instante que el jugador azul realice el pase,

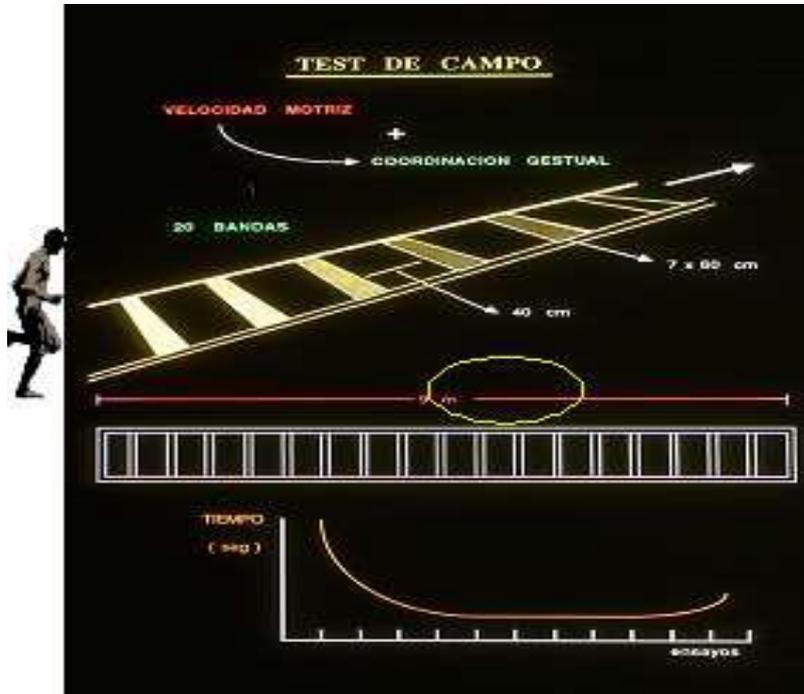
el defensor saldrá a velocidad a tocar cualquiera de los dos conos mencionados anteriormente, y una vez tocado el cono, deberá impedir que el jugador café tire al arco.

El jugador café deberá anticiparse al balón, para así evitar que el defensor se adelante a ganar el balón, también debe fijarse en el movimiento del defensor, y así orientar el balón hacia el lado contrario de donde este. También debe utilizar las superficies de contacto adecuadas para cada situación, utilizar la pierna adecuada para dominar el balón, si el jugador cumple todo esto conseguirá realizar un tiro al arco antes de que el defensor llegue a intervenir esta acción.

Para la valoración de este test, se ha diseñado un sistema de puntuación, en el que se debe analizar si el jugador logra los objetivos marcados.

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

Test de “la escalera”: kamal Mohamed Mohamed (España)



El número de apoyos está definido a 18, en una distancia de 9 metros, si da más o menos se considerara nulo el test, también se considera nulo si se pisa alguna marca de la escalera, se debe hacer referencia a la amplitud de la zancada, siendo esta muy corta debido a la distancia entre los listones (40 centímetros).

TABLA DE RESULTADOS

INTENTO Nº	VALOR
1º (sg)	3.78
2º (sg)	3.89
3º (sg)	3.70
4º (sg)	3.81

El deportista evaluado deberá realizar cuatro intentos todos cronometrados y de estos se escogerá el mejor tiempo implementado por este, en el ejemplo de determina que fue el 3.70 segundos, hallado en el tercer intento.

Para determinar el nivel en que se encuentran cada uno de ellos y con el objetivo de adquirir datos necesarios para medir los resultados con el pre test, después intervenir con secciones de clase establecidas y finalmente aplicar el siguiente test, para la adquisición de los resultados generales.

5. RESULTADOS

Para lo que fueron los resultados, se determinaron derivaciones las cuales se analizaron en la parte final de la investigación, por lo cual lo que se pretendió fue examinar dichos resultados, para la resolución de las hipótesis y determinar las conclusiones finales del proyecto.

Según Sampieri, (1997) generalmente el investigador busca como primera medida describir sus datos y posteriormente ejecutar análisis estadísticos para relacionar sus variables. Es decir efectúa un análisis de estadísticas descriptivas para cada variable hallada en la recolección de resultados y por ultimo describe una relación entre estas. Con base en lo anterior, se implementó al proyecto una contribución de datos, que se establecieron a lo largo de la investigación, determinaron unos criterios numéricos basados en el método de investigación cuantitativo, por ello se efectuaron variables que nos arrojaron los dos diferentes test implementados, para así determinarlas con unos análisis, tanto individuales como grupales, relacionándolos para tener como cierre unos resultados finales que serán determinantes para la conclusiones del proyecto.

De esta manera los resultados obtenidos se enfocaron en primera instancia, como un punto base para la continuidad del proyecto, por otra parte se relacionaron para determinar qué tipo de relación existe entre sí, para generar como última fase si es susceptible la intervención propuesta.

El primer test de evaluación será el de coordinación viso pedica, lo que se va a examinar será un análisis de tiempo tomado en segundos, el sujeto arrojará 4 tiempos diferentes y de ellos resaltará el mejor implementado por él, este test se implementará dos veces para demostrar su efectividad, el primer test se efectuara en el inicio del proceso, el segundo test será implementado al final del proceso para determinar si hubo mejora o no el trayecto de esta intervención. Cada test se evaluará de la misma manera.

Por otro lado en el test de control orientado se determinó bajo 4 criterios de evaluación que determinaron la efectividad del jugador al culminar esa acción de juego, esos resultados los determinamos con la efectividad con lo que los efectuó partiendo de esos resultados los comparamos igualmente al inicio del proyecto y al final para determinar la intervención nuestra con la efectividad de tales aciertos

5.1 TECNICA DE ANALISIS DE RESULTADOS

Para la realización del presente enunciado, nuestra técnica de análisis de resultados fue, el coeficiente de correlación de Pearson la cual revise otros nombres como, correlación interclases, correlación simple o r de Pearson. El objetivo de esta técnica es, determinar la correlación entre dos variables, una de estas es la variable calculada (dependiente) y la otra es la variable predictiva (independiente), con el fin de que cada deportista quede con dos valores a relacionar, Los resultados obtenidos al final de cada operación deberán oscilar entre (-1,00 y 1,00), para que pueda ser una correlación positiva, por otro lado si el resultado final es 0,00 será una correlación negativa puesto que no hay relación alguna entre estas.

Como se menciona anteriormente lo que pretende el coeficiente de correlación de Pearson en el proyecto expuesto es, correlacionar la variable calculada (dependiente), la cual es la entrenabilidad de la percepción visual, con la variable predictiva (independiente)

en este caso es la mejora de la técnica del control orientado, dado esto, los resultados obtenidos nos permitirá determinar si hubo una mejora del control orientado por medio del entrenamiento perceptivo visual.

5.2 INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS

TABLA 1

N	Test de control orientado (x)	χ^2	Test coordinación Óculo Pedica (Y)	y^2	Test Control Ori X Test Coordination Ocu (XY)
1	3	9	4.67	21.80	14.010
2	2.67	7.12	4.57	20.88	12.202
3	2	4	4.47	19.98	8.940
4	2.33	5.42	4.50	20.25	10.485
5	1.33	1.76	4.67	21.80	6.211
6	2	4	4.80	23.04	9.600
7	2.33	5.42	4.23	17.89	9.856
8	2.67	7.12	5.47	29.92	14.605
9	3	9	4.83	23.32	14.490
10	3	9	4.57	20.88	13.710

Numero de datos apareados: $N=10$

Suma de los valores del test de Control Orientado: $\sum X = 24.33$

Suma de los valores del test de Coordinación Óculo Pedica: $\sum Y = 46.78$

Suma de los valores del test de control Orientado al cuadrado: $\sum x^2 = 61.84$

Suma de los valores del test de Coordinación Óculo Pedica al cuadrado:

$$\sum Y^2 = 219.76$$

Suma de los valores del test de Control Orientado X test de Coordinación Óculo Pedica:

$$\sum XY = 114.109$$

$$R = \frac{(10) \cdot 114,109 - (24,33) \cdot (46,78)}{\sqrt{(10 \cdot 61,84) - (24,33^2)} \sqrt{(10 \cdot 219,76) - (46,78^2)}}$$

$$R = \frac{1141,09 - 1138,15}{\sqrt{618,4 - 591,94} \sqrt{2197,6 - 2188,36}}$$

$$R = \frac{2,94}{\sqrt{26,46} \sqrt{9,24}}$$

$$R = \frac{2,94}{(5,14) \cdot (3,03)}$$

$$R = \frac{2,94}{15,57}$$

$$R = 0,19$$

TABLA 2

N	Test de control orientado (x)	x^2	Test coordinación Óculo Pedica (Y)	y^2	Test Control Ori X Test Coordination Ocu (XY)
1	3.33	11.08	4.61	21.25	15.35
2	3	9	4.36	19.01	13.08
3	2.67	7.12	4.30	18.49	11.48
4	2	4	4.02	16.16	8.04
5	2.33	5.42	4.60	21.16	10.71
6	2.67	7.12	4.36	19.01	11.64
7	3.33	11.08	4.09	16.72	13.61
8	3	9	5.15	26.52	15.45
9	3.67	13.46	4.50	20.25	16.51
10	3	9	4.48	20.07	13.44

Numero de datos apareados: $N=10$

Suma de los valores del test de Control Orientado: $\sum X = 29$

Suma de los valores del test de Coordinación Óculo Pedica: $\sum Y = 44.47$

Suma de los valores del test de control Orientado al cuadrado: $\sum x^2 = 86.28$

Suma de los valores del test de Coordinación Óculo Pedica al cuadrado:

$$\sum Y^2 = 198.64$$

Suma de los valores del test de Control Orientado X test de Coordinación Óculo Pedica:

$$\sum XY = 129.31$$

$$R = \frac{(10) \cdot 129,31 - (29) \cdot (44,47)}{\sqrt{(10 \cdot 86,28) - (29^2)} \sqrt{(10 \cdot 198,64) - (44,47^2)}}$$

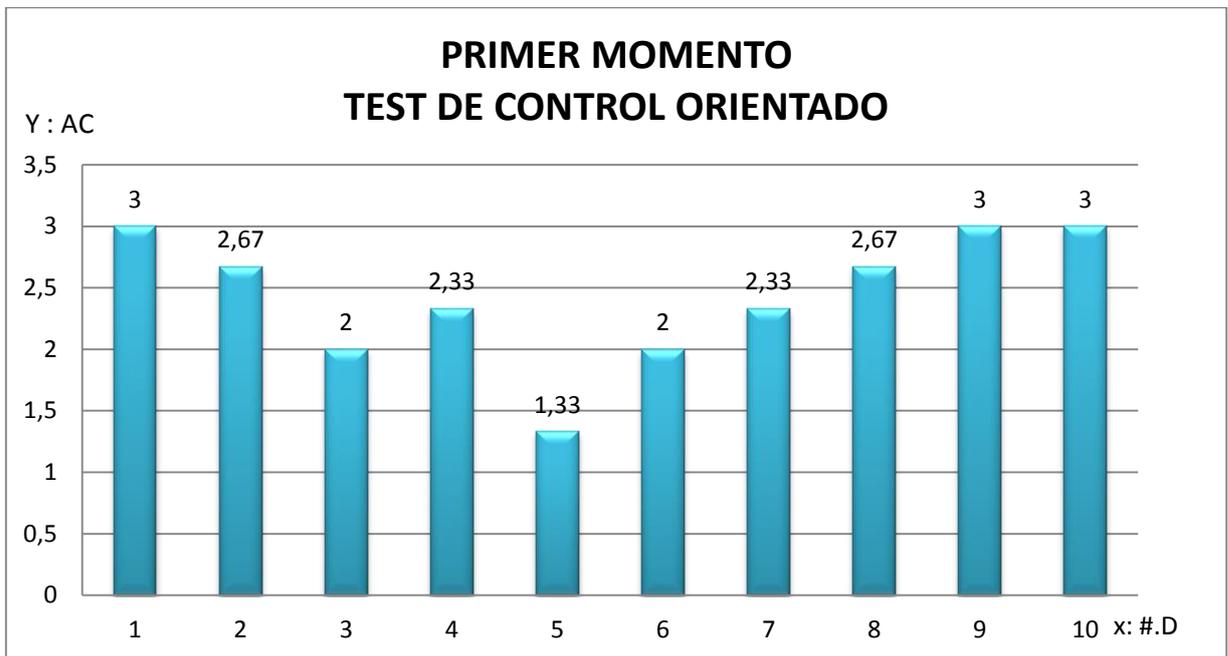
$$R = \frac{1293,1 - 1289,63}{\sqrt{862,8 - 841} \sqrt{1986,4 - 1977,59}}$$

$$R = \frac{3,47}{\sqrt{21,8} \sqrt{8,81}}$$

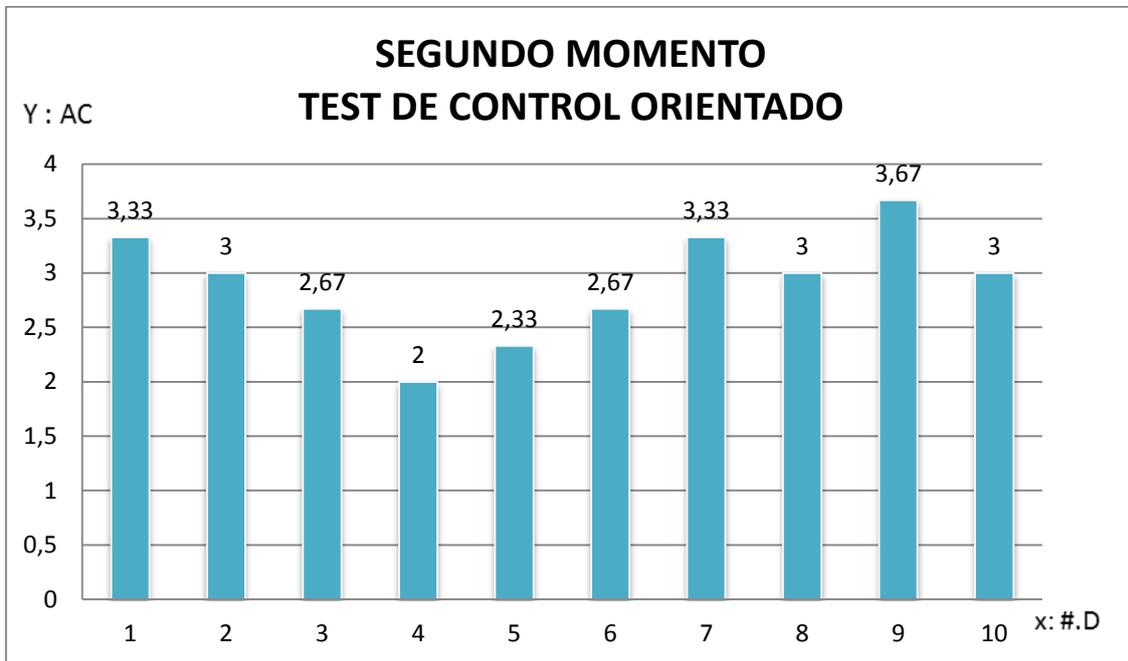
$$R = \frac{3,47}{(4,66) \cdot (2,96)}$$

$$R = \frac{3,47}{13,79}$$

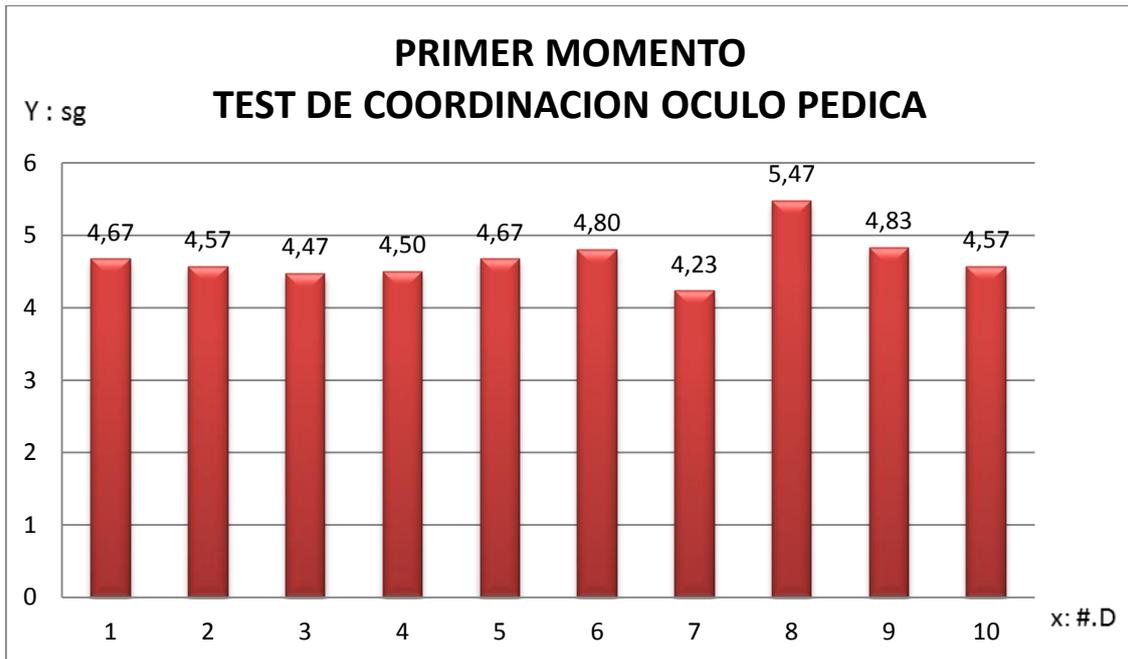
$$R = 0.25$$



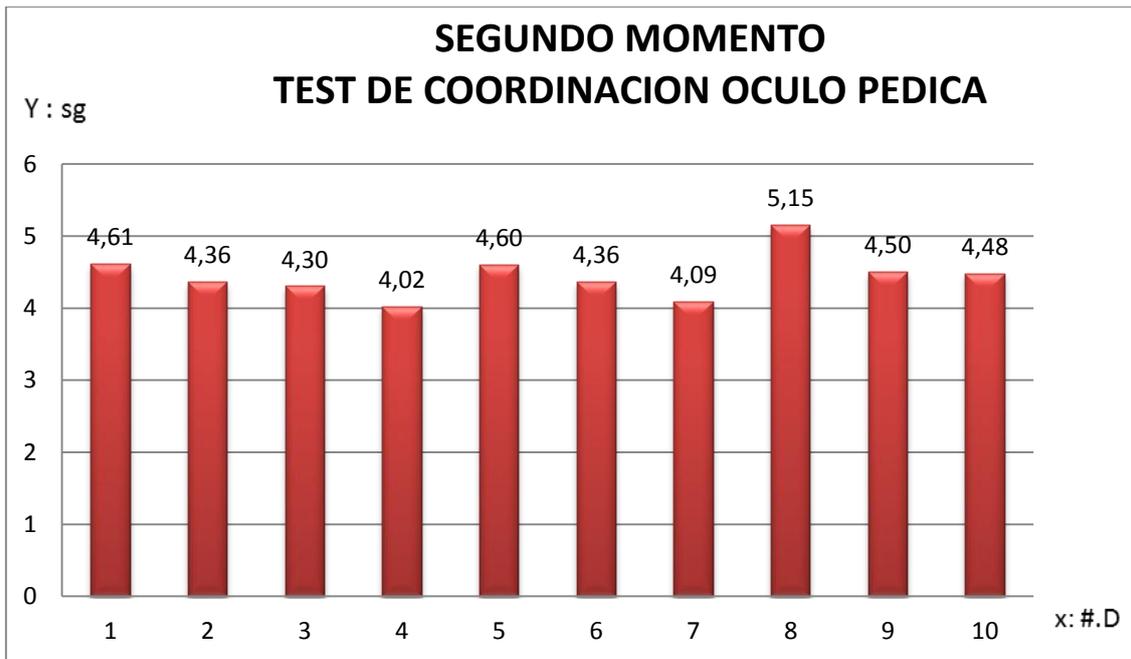
Para el primer momento podemos determinar la curvatura de rendimiento de los 10 diferentes deportistas a quienes se les aplicó el primer test llamado test de control orientado en el cual podemos observar en la tabla #1 en el cual nos arrojó los diferentes resultados el cual nos permitió tomar como punto de partida los diferentes resultados para la aplicación del proyecto



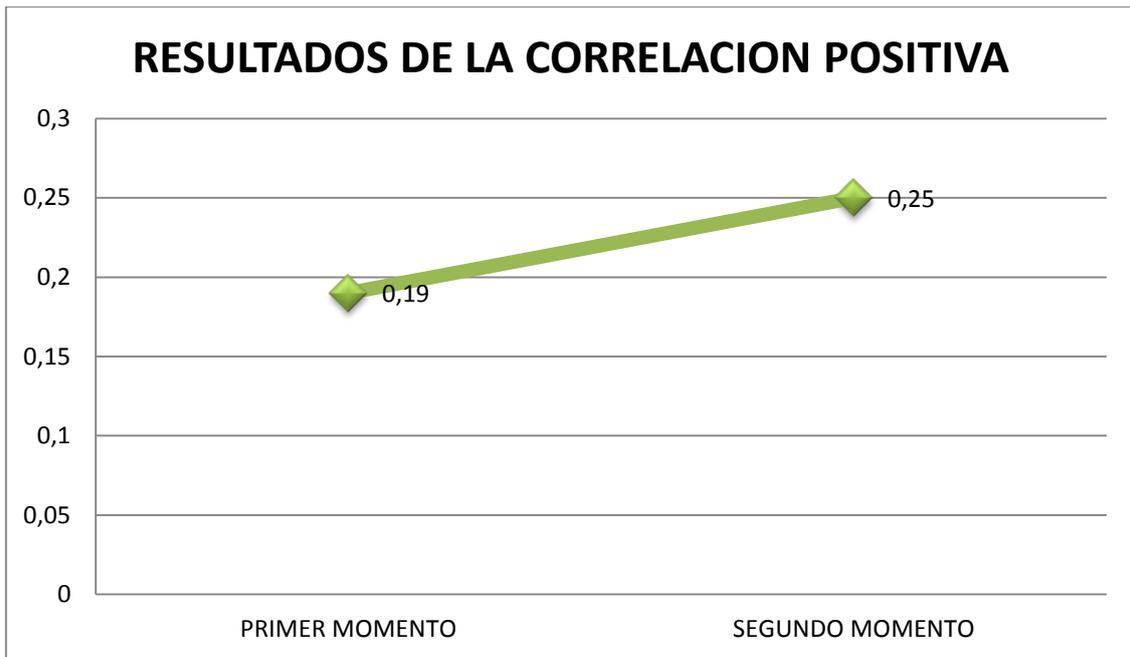
Para la tabla # 2 podemos observar que la curvatura de rendimiento de los 10 diferentes deportistas el cual aumento considerablemente tanto en aciertos del test como en efectividad de la ejecución del test de control orientado, la curvatura de rendimiento nos especifica el progreso de cada uno de los jugadores el cual nos muestra que los 10 jugadores aumentador positivamente al terminar el proyecto es evidente el proceso de efectividad que tuvieron las 10 sesiones de clase.



Para la tabla #3 podemos determinar los diferentes resultados obtenidos en el segundo test, “test de coordinación óculo pedica el cual nos determina un punto de referencia para poder correlacionarlo con el primer test en el cual nos determina la curvatura de rendimiento general que tuvieron los 10 deportistas trabajador durante la primera sesión del proyecto



Para la tabla #4 podemos observar el mejoramiento en la ejecución del segundo test de los 10 diferentes deportistas el cual mejoraron notablemente en su tiempo de ejecución del test coordinación óculo - pedica la tabla nos muestra la curvatura de rendimiento de los 10 deportistas la cual esta mas fijada si hablamos de (tiempos) eso nos comprueba la efectividad del plan de entrenamiento establecido alrededor de el proyecto , y de igual forma nos permite contrarrestar la correlación con mejor exactitud gracias al positivo mejoramiento de los deportistas.



Dentro de la culminación del proyecto podemos determinar el progreso positivo que se determinó gracias a la correlación establecida, el cual nos determinó los dos diferentes resultados tanto en el primer momento el cual fue un resultado de 0.19 tanto para el segundo el cual fue de 0.25 gracias a la técnica del coeficiente de correlación de Pearson, la tabla # 5 nos muestra la curvatura de rendimiento positivo que se estableció alrededor de todo el proyecto

Para la interpretación del primer momento se plasmó la tabla número 1, la cual nos permitió identificar la correlación de los test implementados (Test de Control Orientado y Test de Coordinación Óculo Pedica), arrojándonos un resultado de (0,19), este resultado se comprende como un punto de referencia a trabajar, ya que gracias a este se puede implementar un segundo momento y así relacionarlos entre sí para determinar una variable entre estos.

Para el segundo momento se plasmó la tabla 2, basándonos en la correlación de los mismos test de la tabla 1, la cual nos arrojó un resultado de (0,25), según el método de coeficiente de correlación de Pearson, se determina que los resultados arrojados fueron correlaciones positivas. Se identificó una diferencia de (0,06) entre la tabla 1 y la tabla 2, siendo la tabla 2 superior en el resultado, lo que nos permitió comprender que hubo una mejora en el enfoque del proyecto.

Dados los resultados obtenidos se determinó, que la intervención planteada, las cuales fueron, ocho sesiones de clase planificadas por los docentes, enfocadas a la mejora del control orientado por medio del entrenamiento visual, fueron positivas, ya que como se puede observar los resultados del segundo momento fueron relevantes a los resultados del primer momento.

Por ello el resultado final del proyecto nos permite comprender la importancia del trabajo perceptivo visual, como una herramienta fundamental para el proceso formativo de los ejecutantes de fútbol base, ya que gracias a este modo de entrenamiento el deportista adapta diferentes capacidades visuales y así genera una mayor adaptabilidad al deporte y a la ejecución de ejercicios cambiantes en una acción de juego.

6. DISCUSIÓN

Según Florensa, (2012), los niños entre los 7 y 10 años de edad, tienen más facilidad para captar las ideas. Relacionándolo con el estudio, la postura científica del autor fue relevante en los hallazgos obtenidos, puesto que nos permitió identificar la mejora en estas edades en la capacidad coordinativa visomotriz y la técnica individual del control orientado, demostrando así la relevancia que se obtiene mediante la estimulación del entrenamiento en esta fase de desarrollo.

Por otra parte el proceso de un niño requiere de permanencia a largo plazo entendiendo esta permanencia como una alta intervención en cantidad y frecuencia de entrenamiento la cual deberá estar acompañada por docentes idóneos que faciliten el aprendizaje de los deportistas (Florensa, 2012). Por ello se implementó en el proyecto una intervención de ocho sesiones de entrenamiento encaminadas a la obtención de objetivos específicos acorde a las capacidades físicas coordinativas, y cognitivas de los deportistas, con el fin de determinar el grado de incidencia sobre la variable de control orientado.

Plou, (2007). Menciona, que el entrenamiento perceptivo visual se ejecuta en la construcción de una serie de ejercicios establecidos que necesariamente deben cumplir ciertas características. Con base en lo anterior, en la implementación del proyecto, se estableció, ejercicios específicos encaminados hacia la estimulación de la percepción visual en el fútbol, lo cual fue determinante, ya que se obtuvo resultados positivos.

Según Herrera, (2008), la visión de juego es esencial para comprender las necesidades de los deportistas desde el punto de vista técnico táctico y desde la adaptabilidad de este a las situaciones variables del juego. De acuerdo a esta concepción la técnica individual es un elemento incidente en la ejecución táctica del juego, argumentando esta idea se evidencia a

partir del estudio ejecutado, unos resultados de la técnica individual del control orientado los cuales se implementaron en dos momentos claves, al principio y final del proyecto, obteniendo un resultado favorable para la investigación, ya que se obtuvo un mejor porcentaje en el segundo momento lo cual determina que fue de gran relevancia la intervención implementada.

La situación de juego es determinante hacia donde percibimos lo que hacemos, de esta manera es muy importante la relación entre visión y rendimiento deportivo. (Quevedo, 2014). Basándonos en la idea anterior, es relevante mencionar la mejora que obtuvo el grupo poblacional trabajado, en el entrenamiento perceptivo visual, por medio de los ejercicios específicos encaminados hacia la mejora de esta capacidad y obteniendo como resultado una serie de enfoques positivos a nivel de rendimiento deportivo.

Dado esto comprendemos que todo comportamiento visual conlleva una respuesta de reacción hacia una acción de juego (Campo, 2012). De este modo se comprende que esta categoría trabajada tuvo una reacción positiva, ya que en las sesiones de clase implementadas se enfocaron, en la implementación de ejercicios metodológicos adaptados a la mejora del comportamiento visual en una acción de juego, lo cual se evidencia en los resultados obtenidos en la fase final del proyecto.

Por otro lado la visión central se define como ese movimiento que mantiene la vista centrada en un objeto específico en todo momento, ya que este es su objetivo principal sin importar las situaciones cambiantes del entorno (Plou, 2007). Como se mencionó anteriormente es importante la entrenabilidad de la percepción visual con un elemento específico, ya que por medio de este método se genera una mejor adaptación hacia este, por parte del deportista, con base a lo anterior se puede justificar en la organización de los

planes de clase, los cuales se enfocan a la mejora de esta capacidad por medio de un elemento específico (escalera de piso), con el fin de generar una mejora al momento de realizar el test final.

Por último cabe resaltar que, la entranabilidad de la percepción visual y el componente técnico táctico, son muy importantes en la creación y para la ejecución de ejercicios específicos en el fútbol.

Dentro de este proyecto se pudo evidenciar que estos dos elementos se enfatizan en la mejora de aspectos relevantes en acciones de juego, por otra parte esta investigación nos permite resaltar que es importante que los futuros docentes y los actuales deben incluir estos métodos de entrenamiento como una base fundamental de un plan de trabajo, con base en esto los deportistas a temprana edad adaptaran dichas capacidades físicas con mayor precisión, todo lo mencionado anteriormente se obtuvo gracias a los datos arrojados por parte de los test implementados y a las sesiones de clases adaptadas.

7. CONCLUSIONES

*Cabe mencionar que al analizar los datos obtenidos en el pre-test y el post-test se obtuvo como resultado una correlación positiva debido al coeficiente de correlación de Pearson, en los dos momentos del análisis, comparando los resultados de estos, en notable resaltar que hubo una mejora en el segundo momento gracias a la intervención implementada.

*La carencia de la entrenabilidad del componente perceptivo visual y de la técnica individual del control orientado, conlleva a los deportistas a la limitación de su rendimiento, ya que a falta de estos métodos sería de mayor dificultad adaptar ejercicios específicos encaminados hacia su mejora deportiva.

*La organización de los ejercicios específicos para la mejora del entrenamiento perceptivo visual y la técnica individual del control orientado, son relevantes, puesto que con base a estas actividades se mejoró las falencias ya manifestadas en el primer momento del proyecto, y por ende lograr una mejora en su momento final.

8. PROSPECTIVA.

Para abordar la prospectiva del proyecto es importante mencionar las conclusiones que arroja la investigación y lo relevante de estas, de esta manera se evidenció la correlación positiva lograda a lo largo del estudio y la importancia de trabajar con esta etapa de deportistas en formación.

Por otra parte se evidenció el progreso adquirido por parte de los deportistas, gracias a la implementación de los ejercicios deportivos, enfocados a la mejora de los dos factores fundamentales de la investigación. De esta manera se pretende generar un elemento de entrenamiento, relevante para la formación del deportista, ya que se evidenció en el proyecto que la entrenabilidad perceptivo visual va ligada a la mejora en la técnica individual del control orientado.

Por otro lado el proyecto se enfoca en determinar una correlación entre dos variables, en este caso la entrenabilidad perceptivo visual y la técnica individual del control orientado, generado así una base de sustentación no solo para la mejora de dichas habilidades, sino para delimitar las posibilidades de realizar otras correlaciones con diferentes metodologías deportivas.

De esta manera es notable mencionar, que el proyecto de investigación no solo se puede tomar como sustento para el fútbol base, sino como eje temático a la mejora de distintos deportes, ampliando así la posibilidad de correlacionar distintas variables determinadas en cada deporte y así generar una mejora por medio de esta investigación.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.

*Antúnez, García, Argudo, Ruiz & Arias, J. (2010). Programa de entrenamiento perceptivo-motor, para mejorar la efectividad de la portera de balón mano. Revista de psicología del deporte. 19 (1), 151-165. Recuperado de: <http://www.rpd-online.com/article/view/468/633>

* Del Campo, V. (2012). Comportamiento visual y respuesta de reacción en tenis, según el tipo de dirección del golpe. Apunts educación física y deportes. 1 (107), 61-68. Recuperado de: <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/252480%26gathStatIcon%3Dtrue/0>

*De la vega, R. (2003). La importancia del entrenamiento de la concentración en el fútbol base: una perspectiva aplicada. Cuadernos de psicología del deporte. 3 (2), 68-82. Recuperado de: <http://revistas.um.es/cpd/article/view/112401/106661>

*Gonzales, I & Casáis, L. (2011). Comparación de la atención visual y campo visual en deportistas en función del nivel de pericia. Revista internacional de ciencias del deporte. 7 (23), 126-140. Recuperado de: <http://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde/article/view/392/228>

*Gonzales, M. (2006). La percepción visual como la base de la anticipación en las acciones combativas. Ef deportes. 11 (100), 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd100/visual.htm>

*Gonzales, M. (2011). El entrenamiento perceptivo visual en el hombre desde las Perspectivas filosóficas, psicológicas, pedagógicas y contextuales deportivas. *Ef deportes*. 15 (153), 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd153/el-entrenamiento-perceptivo-visual-en-el-hombre.htm>

*Guerrero, R. (2001). El entrenamiento visual en los deportistas: principios y fases. *Ef deportes*. 7 (36), 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd36/visual.htm>

*Herrera, O. (2008). La percepción en fútbol. *Ef deportes*. 13 (119), 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd119/la-percepcion-en-el-futbol.htm>

*Palmi, J. (2007). La percepción: enfoque funcional de la visión. *Apunts educación física y deportes*. 2 (88), 81-85. Recuperado de: <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=210>

*Plou, P. (2007). Bases fisiológicas del entrenamiento visual. *Apunts educación física y deportes*. 2 (88), 62-74. Recuperado de: <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=208>

*Quevedo, L. (2014). Estudio de la función visual de una población de deportistas de elite. *Apunts educación física y deportes*. 2 (116), 69-79. Recuperado de: <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/viewFile/279288/366996>

*Quevedo, L. (2007). Visión periférica: propuesta de entrenamiento. *Apunts educación física y deportes*. 2 (88), 75-80. Recuperado de: <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=209>

*Rosales, P. (2010). La percepción en el fútbol moderno. *Ef deportes*. 15 (144), 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd144/la-percepcion-en-el-futbol-moderno.htm>

*Ruiz, A & Reina, A. (2003). Determinación del modelo de juego en función del nivel de comportamiento observable en fútbol base. *Ef deportes*. 9 (64) 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd64/futbase.htm>

*Sáenz, Vila, Abellán & Contreras O. (2013). Análisis del comportamiento visual y la toma de decisiones en el bloqueo en voleibol. *Cuadernos de psicología del deporte*. 13 (2), 31-44. Recuperado de: <http://revistas.um.es/cpd/article/view/180411/151281>

*Sáenz, Vila, Abellán & Contreras O. (2015). El comportamiento visual de bloqueadoras juveniles de voleibol y su relación con la precisión de su respuesta. *Cuadernos de psicología del deporte*. 15 (2), 143-154. Recuperado de: <http://revistas.um.es/cpd/article/view/233911/179741>

10. ANEXOS

PLANEACIÓN	
NOMBRE	
Integrantes: Oscar estiven Rodríguez Brayan romero	Horario de campo: 10:00 a.m a 12:00 p.m
SESIÓN N°: 1	FECHA: 3 DE OCTUBRE DEL 2015
NOMBRE DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:	
<p>Primera fase calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> -movimiento articular -Carrera continua: la carrera continua será de unos 10 minutos, corriendo por todo el campo de fútbol. -desplazamiento lateral -toque balón en todo el campo de juego durante 2 minutos <p>segunda fase desarrollo de actividades</p> <p>El primer ejercicio consiste en que uno de los entrenadores va enviar a dos futbolistas a un espacio determinado el docente golpea el balón a cualquier dirección del campo , los dos estudiantes deben determinar antes de que caiga el balón percibir donde caerá el proyectil controlar la trayectoria y rematar a la portería antes de que el otro rival le quite el balón .</p>	

El segundo ejercicio consiste en que dos deportistas van a estar parados en alguna de las líneas laterales mirando hacia el lado opuesto del campo de juego al sonar el silbato los docentes van a enviar dos valones a diferentes espacios del campo, los balones van a tener diferente tamaño uno más grande que el otro. al momento que el deportista voltee debe identificar el balón más pequeño antes que el otro deportista lo haga controlar y rematar a la portería (variando el tamaño del balón)

El tercer ejercicio consiste en que van a ver tres diferentes puntos de referencia ya sean conos platos etc. uno de los entrenadores va a lanzar 3 balones cada uno del mismo color al de cada uno de los puntos de referencia ósea los (conos) el deportista debe identificar qué color le correspondió controlar la trayectoria del balón y rematar de modo que golpee al punto de referencia la mayor cantidad de veces

El cuarto ejercicio consiste en Dos pies dentro, y dos fuera

Pies abiertos uno a cada lado exterior de la escalera.

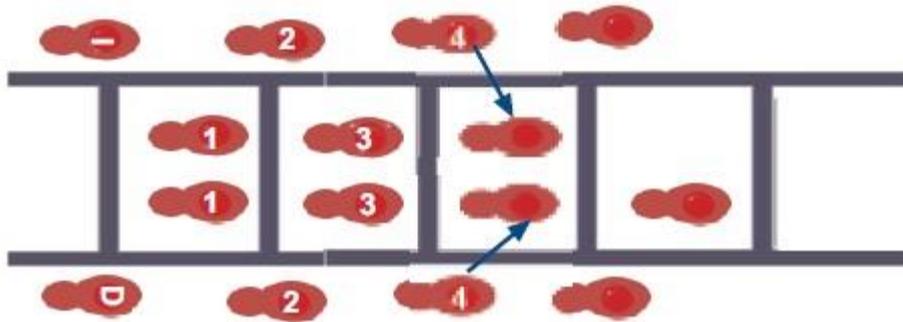
El primer pie entra hacia el cuadro.

El segundo pie entra en el mismo cuadro.

El primer pie vuelve a su punto de partida en el exterior.

El segundo pie vuelve a su punto de partida en el exterior.

Repetir la acción, pero la entrada del primer pie será en el siguiente escalón. Proseguir consecutivamente a lo largo del a escalera.



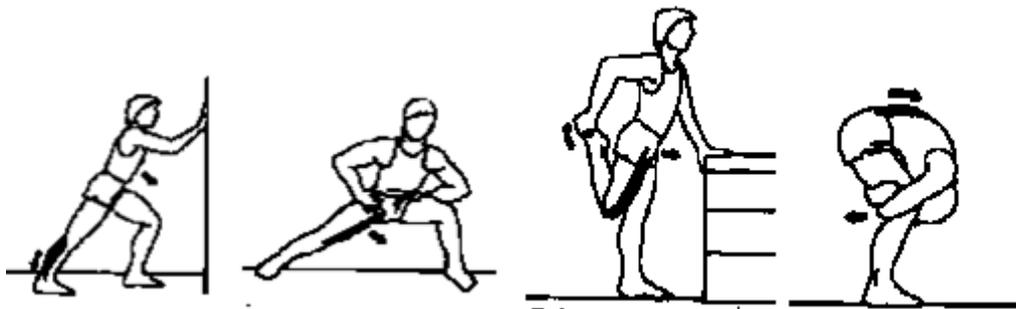
Tercera fase fase de estiramientos

Gemelos

Aductores

Cuádriceps

lumbar



Actividad final:

RECURSOS : BALONES, CONOS PLATOS AROS, PETOS, ESCALERA DE COORDINACION, PITO CRONOMETRO ETC.

PLANEACIÓN	
NOMBRE	
Integrantes: Oscar estiven Rodríguez Brayan romero	Horario de campo: 1:00 p.m a 3:00 p.m
SESIÓN N°: 2	FECHA: 4 DE OCTUBRE DEL 2015
NOMBRE DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Fase de calentamiento -Carrera continua: la carrera continua será de unos 10 minutos, corriendo por todo el campo de fútbol. -Rodillas arriba: mientras se va corriendo se salta con las rodillas hasta que toquen el pecho, esto se hará unas 5 o 6 veces. -Talones atrás: después de terminar con las rodillas, se toca con los talones en las nalgas. Esto también se realizara unas 5 o 6 repeticiones. -conducción del balón en todo el campo de juego durante 2 minutos Segunda fase desarrollo de actividades El primer ejercicio consiste en que el deportista va estar rodeado de cinco diferentes conos el entrador le va a indicar a que cono debe desplazarse el deportista debe ejecutar la acción del entrenador e ir y tocar el cono y esperar la siguiente indicación debe hacerlo en una secuencia de	

repeticiones

El segundo ejercicio consiste en que van a haber cinco diferentes platos alrededor del deportista de diferentes colores cada plato, el entrenador le va a nombrar una secuencia de colores el deportista debe ejecutar la acción de la secuencia en el menor tiempo posible el objetivo es que el deportista mire correctamente los conos con agilidad y ejecute la acción secuencial correctamente

Ejemplo: rojo, verde azul negro, amarillo..... Duración 20 segundos

El tercer ejercicio consiste en que dos jugadores van a estar uno frente al otro realizándose pases consecutivamente durante un determinado tiempo en el momento que el entrenador de un pitazo el jugador que quede con el balón debe desplazarse hacia alguno de los conos que el entrenador va distribuir alrededor del campo antes de que el deportista que quedo sin balón le despoje del balón

El cuarto ejercicio consiste en dos dentro – lateral

Empezar con ambos pies en el mismo lado exterior de la escalera.

El pie frontal entra en el escalón. El segundo pie entra en el mismo cuadro.

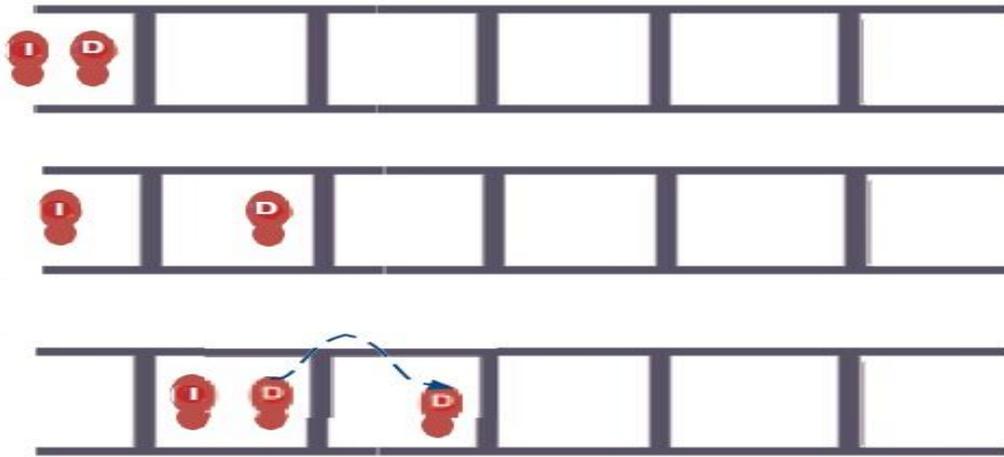
El pie delantero da un paso hacia atrás saliendo del cuadro.

El pie trasero da un paso hacia atrás saliendo del cuadro.

Repetir la acción, entrando ahora en el siguiente cuadro e ir avanzando con este patrón a lo largo de la escalera.

Recordad volver por el mismo lado para que trabaje todo el cuerpo en ambas direcciones.

Los pies no se cruzan durante la ejecución de este ejercicio.



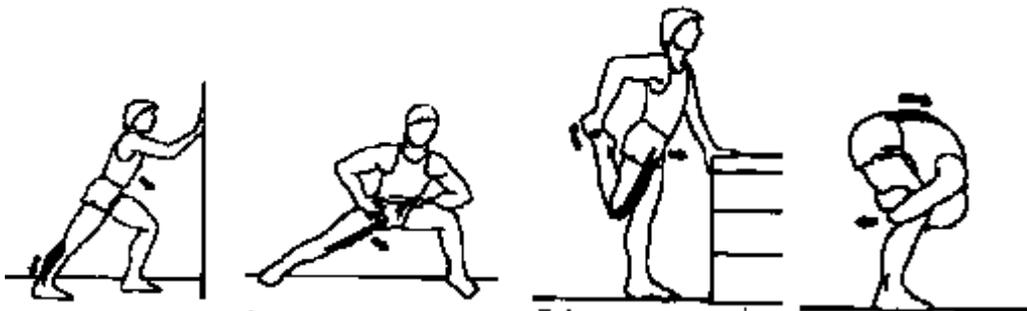
Tercera fase fase de estiramientos

Gemelos

Aductores

Cuádriceps

lumbar



RECURSOS : BALONES, MAYAS , CONOS PLATOS AROS , PETOS, ESCALERA DE COORDINACION, PITO CRONOMETRO ETC.

PLANEACIÓN

NOMBRE	
Integrantes: Oscar estiven Rodríguez Brayan romero	Horario de campo: 10:00 a.m a 12:00 P.m
SESIÓN N°: 3	FECHA: 10 DE OCTUBRE DEL 2015
NOMBRE DEL TALLER: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:	
<p>-Carrera continua: la carrera continua será de unos 10 minutos, corriendo por todo el campo de fútbol.</p> <p>-Skipping: se levantarán las rodillas hacia el pecho pero sin tocárselo. Esto se hará durante un minuto.</p> <p>-skipping cortos: unos dos metros. Durante un minuto aprox. 5 repeticiones</p> <p>-trabajo de sic sac y velocidad en una distancia determinada</p> <p>Segunda fase desarrollo de actividades</p> <p>El primer ejercicio consiste en que cada entrenador va a estar situado a cada extremo del deportista que va a ejecutar el ejercicio el deportista va arrancar corriendo desde un punto determinado al otro el deportista no debe perder la mirada en el balón... que va ser lanzado a una altura donde el deportista debe impactar el balón con la cabeza antes de que el proyectil toque el suelo</p> <p>El siguiente ejercicio consiste en que dos jugadores 1 y 2 van a estar situados en diferentes lados del campo uno frente al otro un 3 jugador va a estar esperando la señal del pito al momento del silbato el</p>	

jugador 1 le va realizar un pase al jugador 2 el objetivo es que el jugador 3 identifique la trayectoria del balón y lo intersecte antes de que le llegue el balón al jugador 2

El tercer ejercicio consiste en que los 3 jugadores se colocaran a una distancia determinada de 2 balones. Al sonido del silbato los tres jugadores deberán ir por los dos balones y llevar los dos balones a un cono determinado el jugador que quede sin balón va saliendo del ejercicio

El cuarto ejercicio consiste en Pasos de lado con toque

Ambos pies colocados en el mismo lado exterior de la escalera.

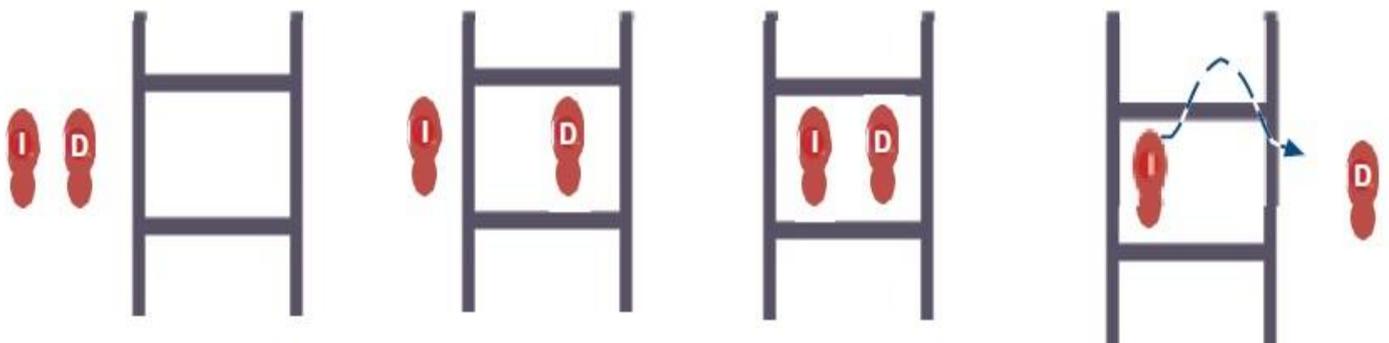
El pie del interior pasa al primer cuadro de dentro.

El pie del exterior sigue al primero, entra en el mismo cuadro.

El primer pie sale ahora por el otro lado y el pie que queda dentro también sigue hacia fuera.

El último pie en hacer contacto con el suelo (en la parte exterior) repite en movimiento volviendo ahora hacia dentro.

Los pies no se cruzan durante la ejecución de este ejercicio



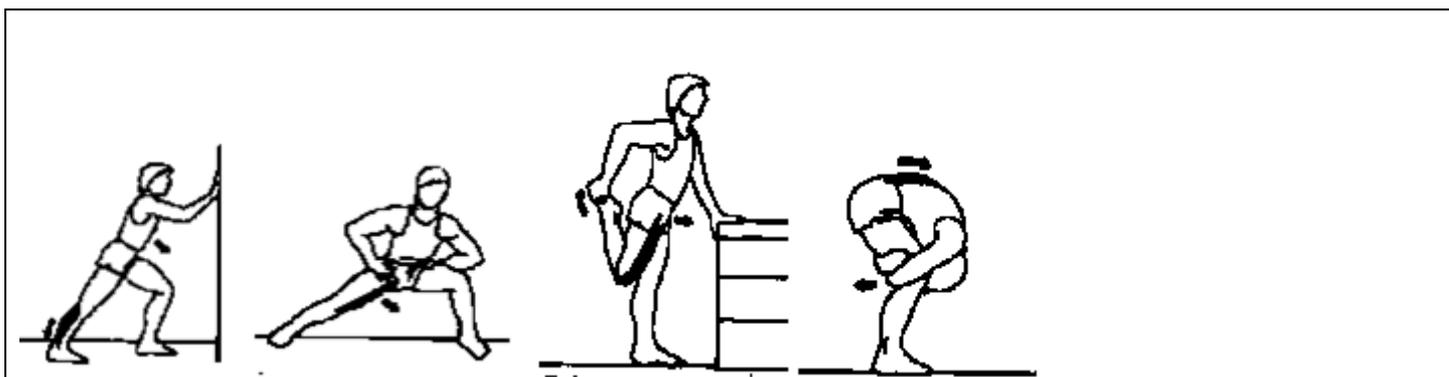
Tercera fase fase de estiramientos

Gemelos

Aductores

Cuádriceps

lumbar



RECURSOS BALONES, MAYAS AROS, PETOS, ESCALERA DE COORDINACION, PITO CRONOMETRO ETC.

PLANEACIÓN	
NOMBRES	
Integrantes: Oscar estiven Rodríguez brayan romero pedraza	Horario de campo: 1:00 P.m a 3:00 P.m.
SESIÓN N°: 4	FECHA: 11 DE OCTUBRE DEL 2015
NOMBRE DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:	
<p>Pimera fase calentamiento</p> <p>-Carrera continua: la carrera continua será de unos 10 minutos, corriendo por todo el campo de fútbol.</p> <p>-desplazamiento lateral</p> <p>-conducción del balón en todo el campo de juego durante 2 minutos</p> <p>-juego del “bobito” durante 5 minutos</p> <p>Segunda fase desarrollo de actividades</p> <p>El primer ejercicio consiste en que cada deportista tomara un balón y debe rematar a la portería donde estarán ubicados dos conos el sujeto ejecutara el lanzamiento desde 3 diferentes distancia la primera desde 20 metros la segunda desde 15 metro y la tercera desde 10 metros el objetivo es que logre derribar alguno de los dos conos en sus tres lanzamientos</p> <p>El segundo ejercicio consiste en que van a haber tres jugadores 1 2 y 3 el jugador 1 va a estar en la zona de la esquina el jugador 2 va a estar esperando el centro de la zona de remate y el jugador 3 va a estar en la portería... el ejercicio consiste en que el jugador 1 va a realizan un tiro de esquina y el jugador 2 y 3 van a estar en la disputa uno por resepcionar y el otro por rematar al arco</p>	

El tercer ejercicio consiste en que se pinta una línea en el suelo, el futbolista trota sobre ella y habrá diferentes balones sobre la línea donde el deportista deberá ir impactando los balones a medida que se los va localizando de modo que meta los balones en unos semi-arcos que va a estar a los lados de la línea establecida deberá impactarlos aleatoriamente de izquierda a derecha

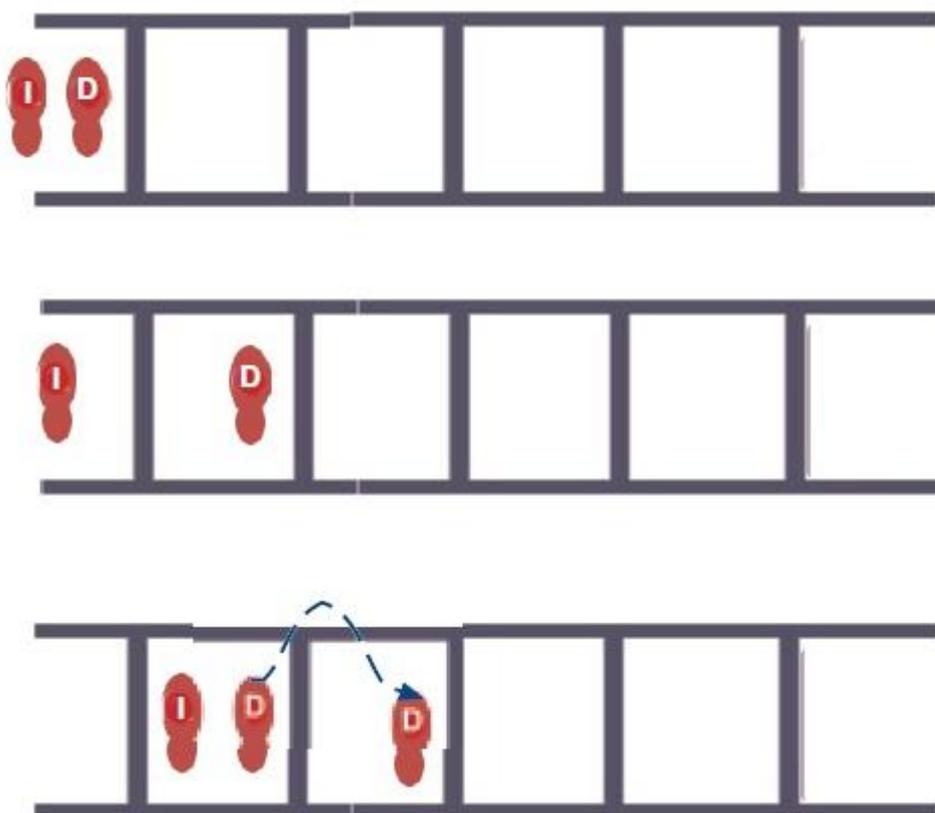
El cuarto ejercicio consiste en un trabajo de coordinación donde deberá

Ubicar el cuerpo de lado con ambos pies juntos en el mismo peldaño.

Al contrario que en el ejercicio anterior, el pie delantero es el primero en entrar en el cuadrado: los pies no deben cruzarse.

Ambos pies pisan en el mismo cuadro (uno después del otro).

Eleva las rodillas durante la ejecución del ejercicio manteniendo el contacto con el suelo lo mas mínimo posible.



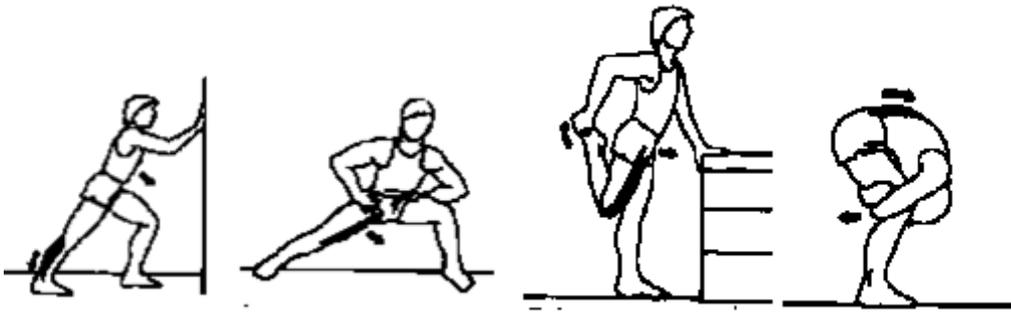
Tercera fase fase de estiramientos

Gemelos

Aductores

Cuádriceps

lumbar



RECURSOS: BALONES, CONOS, PLATOS, AROS , PETOS, ESCALERA DE COORDINACION, PITO CRONOMETRO ETC.

PLANEACIÓN

Integrantes:

Oscar Estiven Rodríguez

Bryan Arley Romero

Horario de campo: 10:00 a.m a 12:00 p.m

SESIÓN N°: 5

FECHA: 17 DE OCTUBRE DEL 2015

TEMA Y SUBTEMA

Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado

OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD:

Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.

DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:**Primera fase: calentamiento**

- Charla enfocada a lo que se va a implementar en la sesión de hoy.
- Carrera continúa durante 5 minutos por el borde de la cancha, corriendo a diferentes velocidades.
- desplazamiento en skipping bajo, medio y alto.
- Reconocimiento de balón: andarán por todo el campo de juego, manejando el balón a su gusto.

segunda fase: desarrollo de actividades

La primera actividad consiste en que los jugadores pasaran la escalera de piso a gran velocidad pero con la forma de 2 pasos hacia adelante y un paso hacia atrás con la mirada hacia abajo para reconocer la escalera, después de 5 repeticiones intentaran hacer lo mismo pero mirando hacia el frente.

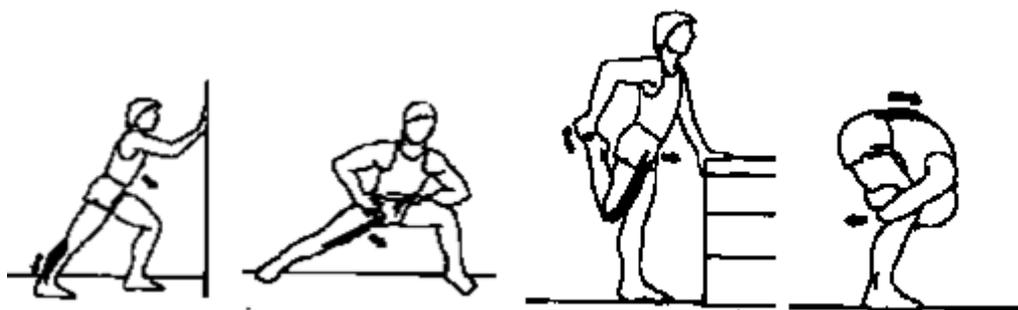
La segunda actividad consiste en que los jugadores pasaran a gran velocidad la escalera de piso, pero apoyándose con ambos pies en cada escalón, de manera que el jugador de más saltos para poder cruzarla, después de 5 repeticiones intentaran pasar de la misma forma pero con la mirada al frente.

La tercera actividad consiste en que los jugadores se agruparan de a 4 personas, cada grupo tendrá un balón, entre ellos se organizan de a parejas, la actividad consiste en que entre ellos jugaran un partido de banquitas pero con la diferencia que jugaran con la pierna no dominante, el partido durara 10 minutos.

Para finalizar la sesión de clase se organizara un partido amistoso entre los estudiantes, con el fin de poner en práctica lo implementado en clase y al mismo tiempo corregirlas durante el encuentro amistoso.

Tercera fase: estiramientos

Se realizarán las actividades correspondientes (estiramiento de todas las extremidades y caminata) para lograr que el cuerpo regrese a su estado inicial.



RECURSOS: BALONES DE FUTBOL, AROS, CONOS, PLATILLOS

PLANEACIÓN	
Integrantes:	
Oscar estiven Rodríguez	Horario de campo: 1:00 p.m a 3:00 p.m
Brayan Romero	
SESIÓN N°: 6	FECHA: 18 DE OCTUBRE DEL 2015
TEMA Y SUBTEMA: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:	
Primera fase: calentamiento	
<ul style="list-style-type: none"> -Charla enfocada a lo que se va a implementar el día de hoy. -Carrera continúa durante 10 minutos por el borde de la cancha, corriendo a diferentes velocidades. -desplazamiento en skiping bajo, medio y alto. -Reconocimiento de balón: andarán por todo el campo de juego, manejando el balón a su gusto. 	
<i>segunda fase: desarrollo de actividades</i>	
<p>La primera actividad consiste en que cada estudiante tendrá un balón en su poder y lo maneja con la pierna dominante de él, según la indicación del docente (borde interno, borde externo, empeine y planta del pie), en cualquier sentido por toda la cancha. Después de 7 minutos los estudiantes realizarán el mismo ejercicio pero ahora con la pierna no dominante.</p> <p>La segunda actividad consiste en que se agruparán de a parejas y cada pareja tendrá un balón, los estudiantes se moverán por toda la cancha a una distancia de 3 metros entre ellos y se realizarán</p>	

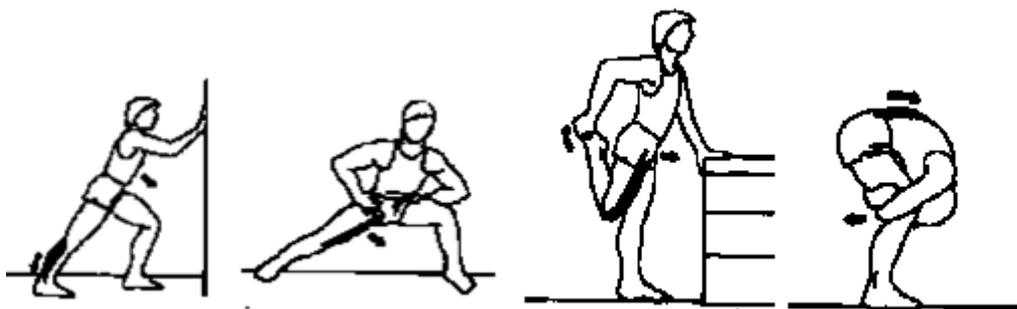
pases con el pie dominante pero con el borde que el docente diga (borde interno, borde externo, empeine y planta de pie). Después de 7 minutos los estudiantes realizarán el mismo ejercicio pero ahora con la pierna no dominante.

Se organizarán en grupos de 3 y cada grupo con un balón, los estudiantes se ubicarán en forma de triángulo con una distancia de 5 metros aproximadamente, la actividad consiste en que se realizarán pases elevados entre ellos, con la pierna dominante y con la parte del pie que ellos prefieran. Después de 7 minutos los estudiantes realizarán el mismo ejercicio pero ahora con la pierna no dominante.

Para finalizar la sesión de clase se organizará un partido amistoso entre los estudiantes, con el fin de poner en práctica lo implementado en clase y al mismo tiempo corregirlas durante el encuentro amistoso.

Tercera fase: estiramientos

Se realizarán las actividades correspondientes (estiramiento de todas las extremidades y caminata) para lograr que el cuerpo regrese a su estado inicial.



RECURSOS: BALONES DE FUTBOL, AROS, CONOS, PLATILLO

PLANEACIÓN	
Integrantes:	
Oscar estiven Rodríguez	Horario de campo: 10:00 a.m a 12:00 p.m
Brayan Romero	
SESIÓN N°: 7	FECHA: 24 DE OCTUBRE DEL 2015
TEMA Y SUBTEMA: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado.	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:	
Primera fase: calentamiento	
<ul style="list-style-type: none"> -Charla enfocada a lo que se va a implementar el dia hoy. -Carrera continúa durante 10 minutos por el borde de la cancha, corriendo a diferentes velocidades. -desplazamiento en skipping bajo, medio y alto. -Reconocimiento de balón: andarán por todo el campo de juego, manejando el balón a su gusto. 	
segunda fase: desarrollo de actividades	
<p>La primera actividad consiste en que los estudiantes se organizan de a parejas y cada pareja tendrá un balón, se ubican en una distancia de 8 metros aproximadamente entre ellos, la actividad consiste en que se realizaran pases entre ellos con la parte del pie que ellos prefieran, el estudiante que reciba el balón deberá hacer el gesto técnico lo mejor posible para que el balón no tome otros rumbos sino que quede en el mismo punto donde lo recibe.</p>	
<p>La segunda actividad consiste en que se organizara un zig zag de 10 platillos, los estudiantes deberán</p>	

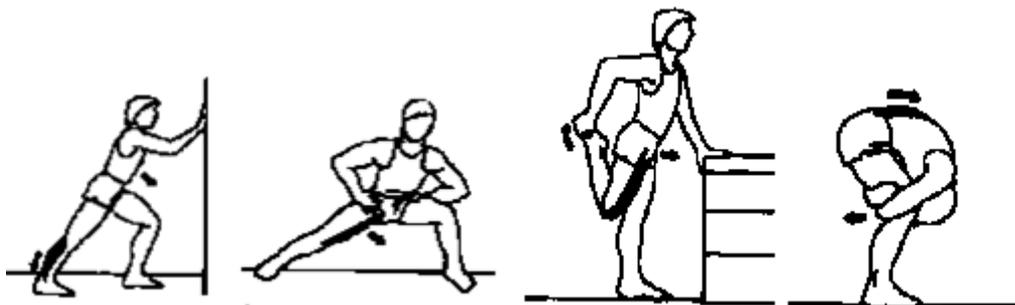
pasar el zigzag controlando el balón, al finalizar el zigzag el docente estará ubicado a una distancia aproximada de 5 metros del estudiante, el realizara el pase al docente y saldrá en velocidad hacia el punto penal de la cancha, el docente realizara un pase elevado y el estudiante deberá parar el balón utilizando la técnica adecuada e intentara hacer un gol.

La tercera actividad consiste en que los jugadores se ubicaran en al lado de una serie de 10 conos cada cono esta ubicado a 30 centímetros aproximadamente uno del otro, deberán paras los conos por el laso haciendo el gesto como si estuvieran pasando la escalera de piso, y al terminar el circuito remataran al arco con la pierna no dominante e intentaran anotar u gol.

Para finalizar la sesión de clase se organizara un partido amistoso entre los estudiantes, con el fin de poner en práctica lo implementado en clase y al mismo tiempo corregirlas durante el encuentro amistoso.

Tercera fase: estiramientos

Se realizarán las actividades correspondientes (estiramiento de todas las extremidades y caminata) para lograr que el cuerpo regrese a su estado inicial.



RECURSOS: BALONES DE FUTBOL, AROS, CONOS, PLATILLOS

PLANEACIÓN	
Integrantes:	
Oscar estiven Rodríguez	Horario de campo: 1:00 p.m a 3:00 p.m
Brayan Romero	
SESIÓN N°: 8	FECHA: 25 DE OCTUBRE DEL 2015
TEMA Y SUBTEMA: Entrenamiento perceptivo visual y técnica individual del control orientado.	
OBJETIVO DEL TALLER/ ACTIVIDAD: Mejorar el componente técnico táctico y la capacidad perceptivo visual, por medio de ejercicios deportivos específicos.	
DESCRIPCIÓN DEL TALLER/ ACTIVIDAD:	
Primera fase: calentamiento	
-Charla sobre el valor correspondiente a la clase	
-Carrera continua durante 10 minutos por el borde de la cancha, corriendo a diferentes velocidades.	
-desplazamiento en skipping bajo, medio y alto.	
-Reconocimiento de balón: andarán por todo el campo de juego, manejando el balón a su gusto.	
segunda fase: desarrollo de actividades	
La primera actividad consiste en que se organizaran de a parejas, uno de ellos se ubica de lado a la escalera y el otro en frente de el con el balón, el jugador que está ubicado en la escalera pasara rápidamente la escalera de lado mientras tanto el otro jugador le lanzara el balón y el de la escalera lo intentara cabecear y regresárselo a su compañero, este ejercicio se realizara repetidas veces.	
La segunda actividad consiste en que los estudiantes seguirán ubicados de a parejas e intentaran	

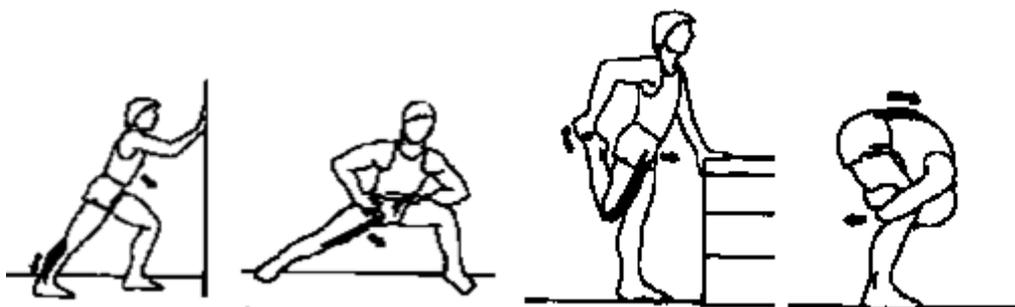
realizar el mismo ejercicio pero ahora con la diferencia de que en vez de pasar el balón a su compañero con la cabeza, lo pasara con el cuádriceps, esta actividad se repite varias veces.

La tercera actividad consiste en un circuito que consta de un zigzag de 10 conos, siguiendo con una escalera de piso y finalizara con un jugador en el área, el jugador saldrá a velocidad e intentara cruzar el zigzag con balón lo más rápido posible, al terminar dejara el balón y saldrá a velocidad a cruzar la escalera en un solo apoyo y mirando al frente, y al momento de llegar donde el jugador este le lanzara un balón y él lo controla de manera correcta y de ahí intentara enganchar a su compañero y anotar un gol.

Para finalizar la sesión de clase se organizara un partido amistoso entre los estudiantes, con el fin de poner en práctica lo implementado en clase y al mismo tiempo corregirlas durante el encuentro amistoso.

Tercera fase: estiramientos

Se realizarán las actividades correspondientes (estiramiento de todas las extremidades y caminata) para lograr que el cuerpo regrese a su estado inicial.



RECURSOS: BALONES DE FUTBOL, AROS, CONOS, PLATILLOS

11. CRONOGRAMA

FECHA	ACTIVIDAD
8 DE SEPTIEMBRE DEL 2015	Recolección de artículos, para el sustento teórico del proyecto de investigación según las bases de datos, mencionadas por el docente a cargo de la asignatura y el tutor del proyecto.
15 DE SEPTIEMBRE DEL 2015	Hallazgo de los test de coordinación óculo pedica y de control orientado para la implementación hacia la población a trabajar.
26 DE SEPTIEMBRE DEL 2015	Se determina la población a trabajar, la escuela de formación deportiva internacional campeones, para el desarrollo del proyecto de investigación.
27 DE SEPTIEMBRE DEL 2015	Implementación del pre-test, con la finalidad de tener un ponto base para la intervención planeada de la investigación.
3, 4, 10, 11, 17, 18, 24, Y 25 DE OCTUBRE DEL 2015	Ejecución de las intervenciones planeadas por los docentes, para mejorar la percepción visual y la técnica del control orientado, con el fin de obtener un resultado relevante en la implementación del pos-test ante el pre-test pre-test ya implementado. Se recuerda que las sesiones de clase eran ejecutadas los fines de semana.
31 DE OCTUBRE DEL 2015	Implementación del post-test, con la finalidad de obtener los resultados finales para continuar con la toma de análisis.
24 DE FEBRERO DEL 2016	Retomación del proyecto de investigación, con el objetivo de culminarlo.
11 DE MAYO DEL 2016	Entrega del proyecto finalizado.