



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE**

**Informe final del trabajo de Integración Curricular previo a la
obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad
Física y Deporte**

TEMA:

**EL FÚTBOL BASE EN LAS HABILIDADES MOTRICES
BÁSICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN BÁSICA MEDIA**

AUTOR: Torres Guerrero Erik Alberto

TUTOR: Lic. Dennis Jose Hidalgo Alava, Mg

Ambato - Ecuador

Marzo, 2022

APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Lic. Dennis Jose Hidalgo Alava, Mg**, con cédula de ciudadanía: **1803568839** en calidad de tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“EL FÚTBOL BASE EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN BÁSICA MEDIA”** desarrollado por el/la estudiante **Torres Guerrero Erik Alberto**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

Lic. Dennis Jose Hidalgo Alava, Mg
C.C. 1803568839

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“EL FÚTBOL BASE EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN BÁSICA MEDIA“**, quién basada en la en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.



Torres Guerrero Erik Alberto

C.C. 1805426457

AUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“EL FÚTBOL BASE EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN BÁSICA MEDIA “**, presentado por el señor **Torres Guerrero Erik Alberto**, estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

COMISIÓN CALIFICADORA

Lic. Julio Alfonso Mocha Bonilla, Mg.
C.C. 1802723161
Miembro de comisión calificadora

Esp. Lenin Esteban Loaiza Dávila, Phd.
C.C. 1715330088
Miembro de comisión calificadora

DEDICATORIA

El presente proyecto de tesis va dedicado primero que nada a Dios por ser quien me ha bendecido, me ha guiado y quien me ha permitido alcanzar un objetivo más en este largo proceso llamado vida.

Dedicarle este este logro a mi mamá porque es una guerrera de la vida, porque nunca se rindió por más difícil que fuese la situación y porque siempre quiso que sus hijos se gradúen, hoy lo estamos haciendo y pues mira mamá un hijo tuyo lo logró, sin ella no sería ni tendría nada, a mi papá por ser un pilar fundamental en toda mi etapa de formación con sus consejos, correcciones y carisma ha logrado formar hijos de bien, a mis hermanos y a mi familia dedicarles esto porque sin todo el apoyo de ellos yo no estaría donde estoy ahorita.

A mis docentes por ser quienes me formaron profesionalmente a base de valores y enseñanzas y a mis compañeros y amigos que se convirtieron en parte necesaria durante todo este camino.

Erik Torres

AGRADECIMIENTO

Agradecerle a Dios por brindarme salud, perseverancia, fuerza, paciencia durante toda mi etapa en la universidad, por brindarme las bendiciones durante todo este proceso y durante toda mi vida. Agradecer infinitamente a mis padres porque sé todo lo que han luchado y todos los sacrificios que han hecho para que yo pueda culminar esta etapa. Agradecido con mis hermanos porque a más de ser mis hermanos han sido mis compañeros y amigos de toda la vida.

Un agradecimiento especial a mis docentes quienes con toda su paciencia y voluntad han impartido sus conocimientos para crear una gran persona y un gran profesional, agradecerle a mi tutor porque, aunque no estaba en su horario de trabajo, siempre se daba un tiempo para ayudarme durante la elaboración de este proyecto.

Agradecer a la Universidad Técnica de Ambato por acogerme y poder haberme permitido ser parte tan prestigiosa universidad y por ser un segundo hogar, a mi amigos y compañeros de clases muchas gracias por todas las experiencias vividas. Un Dios les pague a todos.

Erik Torres

ÍNDICE DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO.....	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT	xii
CAPÍTULO I.....	13
MARCO TEÓRICO	13
1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	13
Variable Independiente	13
Variable Dependiente	24
1.2 OBJETIVOS.....	32
OBJETIVO GENERAL	32
1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	32
OBJETIVO ESPECÍFICO 1	32
OBJETIVO ESPECÍFICO 2	32
OBJETIVO ESPECÍFICO 3	32
CAPÍTULO II	33
METODOLOGÍA	33
2.1 MATERIALES	33
2.1.1 Recursos Bibliográficos	33
2.1.2 Recursos Humanos	33
2.1.4 Recursos Materiales	33
2.1.5 Recursos Económicos	33

2.2 MÉTODOS	34
2.2.1 Diseño de investigación	34
2.2.2 Población y muestra de estudio	35
2.2.3 Técnicas e instrumentos de investigación.....	35
2.2.3 Plan de recolección de la información.....	36
CAPÍTULO III.....	38
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	38
3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	38
3.2 RESULTADOS POR OBJETIVOS	39
Resultados de la valoración inicial de desarrollo de las habilidades motrices básicas en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022	39
Resultados de la evaluación del desarrollo de las habilidades motrices básicas posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022	42
Resultados del análisis de la diferencia entre el desarrollo inicial de habilidades motrices básicas y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022	46
3.3 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS.....	46
CAPÍTULO IV	48
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	48
4.1 CONCLUSIONES	48
4.2 RECOMENDACIONES	49
MATERIALES DE REFERENCIA.....	50
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	50
ANEXOS.....	50
Anexo 1.....	50
Propuesta de Intervención.....	50
Anexo 2.....	62

Batería de Habilidades Motrices Básicas.....	62
Anexo 3.....	69
Aplicación Programa de Ejercicios de Fútbol Base.....	69
LINKOGRAFÍA:.....	72

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Recursos Económicos	33
Tabla 2 Caracterización de la muestra de estudio	38
Tabla 3 Resultados de la habilidad motriz de locomoción durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio	39
Tabla 4 Resultados de la habilidad motriz de manipulación durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio.	40
Tabla 5 Resultados de la habilidad motriz de estabilidad durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio.	41
Tabla 6 Resultados del desarrollo de habilidades motrices básicas de manera integral durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio.....	41
Tabla 7 Resultados de la habilidad motriz de locomoción durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio.	42
Tabla 8 Resultados de la habilidad motriz de manipulación durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio	43
Tabla 9 Resultados de la habilidad motriz de estabilidad durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio	44
Tabla 10 Resultados del desarrollo de habilidades motrices básicas de manera integral durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio	45
Tabla 11 Diferencia de resultados entre periodos POST y PRE intervención de habilidades motrices básicas en la muestra de estudio.....	46
Tabla 12 Análisis estadístico para comprobación de hipótesis	47
Tabla 13 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #1.....	55
Tabla 14 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #2.....	56
Tabla 15 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #3.....	57
Tabla 16 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #4.....	58
Tabla 17 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #5.....	59
Tabla 18 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #6.....	60

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
MODALIDAD PRESENCIAL

TEMA: EL FÚTBOL BASE EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN BÁSICA MEDIA

Autor: Torres Guerrero Erik Alberto

Tutor: Lic. Dennis Jose Hidalgo Alava, Mg

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo investigativo con el tema “El Fútbol Base En Las Habilidades Motrices Básicas En Escolares De Educación Básica Media” busca dar a conocer la importancia que tiene el fútbol base en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en el proceso enseñanza – aprendizaje durante las clases de educación física mediante un programa de ejercicios de fútbol base. Actualmente al ser uno de los deportes más influyentes en el mundo y al estar inmerso este deporte en el bloque curricular de las prácticas deportivas, el fútbol base es un medio inclusivo para que los escolares realicen actividad física y que mejor manera si al momento de realizarlo están mejorando el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

El instrumento que se aplicó fue una “Batería de habilidades motrices básicas”, el mismo que nos ayudó a medir estas habilidades por etapas para posteriormente trabajarlas de la misma manera. Fue una investigación cuantitativa debido a que se recolectó y analizó los datos antes, durante y después de la investigación; una investigación de campo, debido a que se estuvo presente en el lugar para trabajar presencialmente aplicando el programa de ejercicios de fútbol base para finalmente probar la posible hipótesis y elaborar las conclusiones y recomendaciones.

Palabras Clave:

Fútbol base, habilidades motrices básicas, enseñanza, aprendizaje, Educación Física, metodología.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
MODALIDAD PRESENCIAL

THEME: FOOTBALL BASE IN BASIC MOTOR SKILLS IN
SCHOOLCHILDREN OF MIDDLE BASIC EDUCATION

Autor: Torres Guerrero Erik Alberto

Tutor: Lic. Dennis Jose Hidalgo Alava, Mg

ABSTRACT

The present investigative work with the theme "Football Base in Basic Motor Skills in Schoolchildren of Middle Basic Education" seeks to publicize the importance of base football in the development of basic motor skills in the teaching - learning process during the physical education classes through a base football exercise program. Currently being one of the most influential sports in the world and as this sport is immersed in the curricular block of sports practices, grassroots football is an inclusive means for schoolchildren to carry out physical activity and what better way if at the time of doing it are enhancing the development of basic motor skills.

The instrument that was applied was a "Battery of basic motor skills", the same one that helped us to measure these skills in stages to later work on them in the same way. It was a quantitative investigation because the data was collected and analyzed before, during and after the investigation; a field investigation, due to the fact that they were present at the site to work in person applying the grassroots soccer exercise program to finally test the possible hypothesis and draw up the conclusions and recommendations.

Keywords:

Grassroots football, basic motor skills, teaching, learning, Physical Education, methodology.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes de la investigación

Variable Independiente

Deportes

Evolución del Deporte

El deporte ha ido evolucionando de acuerdo a cada cultura, es por ello que la práctica de los diferentes deportes en las diferentes culturas de la antigüedad han sido una gran contribución para los conocimientos de la actualidad, pues gracias a esto los deportes se han ido evolucionando y perfeccionando de acuerdo al tipo de deporte que se esté practicando. En la práctica de deportes en la antigüedad ya se fueron implementando reglas que ayudaban a cumplir con ciertas normas para que los deportes sean más llamativos, estas reglas dependiendo del deporte han sido modificadas y es por eso que gracias a las reglas de la antigüedad hoy en día se tiene las bases para seguirlas mejorando y modificando de acuerdo a las competencias y exigencias de cada deporte

El deporte a más de referirnos a la actividad física se refiere a un lenguaje universal en la que muchas personas la practican por competición o simplemente porque les gusta, dentro de los conceptos acerca del origen del deporte tenemos lo manifestado por **(Bartoll, 2014)** “tuvo su origen en la Inglaterra del siglo XVIII, como resultado de un proceso de transformación de los juegos tradicionales que se llevó a cabo por las élites burguesas a consecuencia de la Revolución Industrial”. Su origen se ve claramente que aparece desde la edad contemporánea específicamente en Inglaterra en el siglo XVII en la cual la clase alta empezaba a realizar juegos como jugar a la pelota que posteriormente sería el fútbol, lanzamientos de barra y otros juegos que actualmente son muy conocidos.

Dentro del ámbito educativo el deporte “constituye una verdadera actividad cultural que permite una formación básica, y luego, una formación continua a través del movimiento” (Corrales, 2009) El deporte en el ámbito educativo se fundamenta en la búsqueda de métodos pedagógicos para que se dé el desarrollo de aptitudes motrices y psicomotrices, las habilidades motrices básicas en niños y posteriormente sus capacidades físicas, es decir en las escuelas y centros educativos no buscamos formar deportistas si no personas capaces de dominar sus capacidades físicas y que sientan atracción por algún deporte y que realicen actividad física que es lo más importa.

Deportes Colectivos:

Dentro de nuestra área que es la Educación Física se trabajan la mayoría de deportes colectivos, es por ellos que mencionaremos los aspectos más relevantes sobre este interesante tema.

Los deportes colectivos son encuentros o enfrentamientos que se dan entre dos conjuntos que poseen características similares, bajo el orden de una serie de reglas, las mismas que son aceptadas por quienes están participando y estas a su vez fueron emitidas por alguna federación o ministerio.

Además, estos deportes son aquellos en que la acción de juego es el resultado de la interrelación entre participantes, se produce en la que un equipo coopera entre sí, para oponerse al equipo contrario que a su vez actúa como equipo de cooperación y que a su vez se opone al anterior (Echeverri, 2012, pág. 70)

En otros aspectos importantes a los deportes colectivos que los menciona de la siguiente manera “Son situaciones socio motrices en las que los participantes concuerdan relaciones de cooperación y oposición determinadas por un reglamento” (Parlebas, 2021) es decir, un trabajo en equipo que busca los mejores resultados al momento de que se los está ejecutando.

Cuando hablamos de características de los deportes colectivos hablamos de ciertos aspectos que los distinguen de otras cosas, es por ello que mencionaremos las principales características de los deportes colectivos:

- Los deportes de equipo presentan un grado de complejidad, debido a que existe una **mayor demanda de comunicación motriz** que en los individuales, esto se da gracias a que se establecen relaciones de cooperación entre los participantes.
- Por otra parte, se debe tener en cuenta que al compañero se le implica un aumento de dificultad en el mecanismo de decisión. Al respecto, es conveniente mencionar que uno de los deportes de equipo más completos es el colobo (Parlebas, 2021).

El simple hecho de realizar actividad física hace que nos mantengamos en buen estado de forma, ya sea física o psicológica, es por ello que la práctica de los deportes colectivos nos trae una serie de beneficios: la más importante al igual de la que nos trae beneficios al cuerpo es la de socialización con las demás personas que practican algún deporte, es decir nos enseña a trabajar en equipo, desarrollamos los lazos de amistad y fraternidad, aumenta la confianza en nuestras capacidades y una de las fundamentales es que son fuente de pura diversión.

Al igual que las ventajas que nos trae la práctica deportiva tenemos las desventajas, entre ellas tenemos: se necesita un alto número de jugadores por equipo para poder realizar el deporte y en la mayoría de casos encontrar jugadores es un problema, dependiendo del deporte existe una baja disponibilidad de lugares para ejecutar los deportes, un claro ejemplo de ello es el rugby, quienes juegan el deporte generalmente no cuentan con el tiempo adecuado para practicarlo ya sea por cuestiones educativas o laborales, y como en todos los deportes el contacto físico puede provocar lesiones a la mayoría de jugadores.

Dentro de la clasificación de los deportes colectivos tenemos dos grupos: los deportes colectivos de cooperación y los deportes colectivos de cooperación-oposición.

Deportes Colectivos de Cooperación: es un deporte práctico en el cuál uno de los jugadores que pertenece al equipo recibe la ayuda de uno o varios compañeros de equipo para lograr el objetivo establecido, dentro de estos deportes tenemos los deportes náuticos como el remo, kitesurf, etc.

Deportes Colectivos de Cooperación-Oposición: en este deporte dos o más jugadores del equipo que pertenecen, hacen un solo grupo con el fin de lograr un solo objetivo, aun sabiendo que reciben la oposición del equipo contrario. Entre estos deportes tenemos a los más famosos y conocidos como el fútbol, baloncesto, voleibol, etc.

Fútbol:

Origen:

Cada quien tiene su filosofía de como ver al fútbol, para muchos el fútbol es la vida. El deporte actualmente más popular apareció en los países de Centroamérica, no con su nombre propiamente dicho, en los años 3400 en México se juego el primer deporte en equipos con una pelota de caucho que representaría al sol, con la ideología de que la cabeza de un integrante del equipo que perdía era sacrificada en honor a sus dioses.

En diversos países se empezaron a jugar deportes que se relacionaban con el fútbol: en China se lo denominaba Tsu Chu en el año 136 a.C., LI YU manifestó que la pelota era redonda en honor al sol y el lugar donde se jugaba era cuadrado en honor a la Tierra. Japón lo denominó Kemari antes que se empiece a disputar el partido los jugadores bendecían la pelota ante un altar ubicado en un jardín denominado Marinari y era Eda Cayo quien rezaba por la prosperidad y paz mundial, en este partido nadie gana ni pierde solo disfrutaba.

En Roma lo nombraron como Harpastum donde lo realizaban como entrenamiento militar y en este lugar fueron designado las 4 líneas que actualmente se lo conoce como: portero, defensa, medio y ataque. En Inglaterra se lo llamo como Foll Fútbol que en sus orígenes lo realizaban lanzando cabezas humanas con las manos, luego el fútbol llegó a Italia donde se lo nombró como Calcio donde el primer serio (partido para desafiar al rival) se lo llevó a cabo en Florencia, años más tarde en 1314 el Príncipe Eduardo prohibió el fútbol en Londres.

El 26 de octubre de 1863 se creó la Asociación de Fútbol con algunas reglas, en 1871 se creó la primera competición que fue la Copa de la Asociación de Fútbol y en 1872 se jugó el primer partido internacional entre Escocia vs Inglaterra.

Las empresas de ferrocarriles en Inglaterra crearon los primeros nombres de equipo en ellos sobresale el Manchester United, sin embargo, fue Aston Villa el primer equipo que creó el primer lugar estático para jugar fútbol. Presto North End fue el primer campeón de Inglaterra.

El fútbol llegó a Argentina cuando un inglés que trabajaba allí creó el “Alumni” con jugadores de Inglaterra que vivían en Argentina, este equipo fue campeón por varios años hasta que el Racing logró quedar campeón en 1913. A la India llegó el fútbol en 1870 y uno de sus influyentes fue la iglesia. La “Copa Duran” fue el segundo torneo de fútbol en Calcuta 1888.

Para el Centro Nacional de Información y Documentación (**Conade, 2019**), el fútbol es un deporte en el que juegan dos equipos y participan 11 jugadores por lado, con una pelota esférica. Es uno de los deportes más populares, por no decir que es el más popular por la cantidad de aficionados que trae, además es el más practicado en el mundo. En otros países como Estados Unidos el fútbol se lo conoce como soccer.

Es un deporte que se juega únicamente con los pies y el único que puede usar las manos es el portero siempre y cuando este se encuentre en el área de la portería. Una de las características más importantes en el fútbol es que al momento de practicarlo, los jugadores irán cambian de posiciones, mejoras sus técnicas y tácticas para lograr un mejor desempeño en el campo deportivo.

Dentro de las características más importantes que tiene este deporte están las siguientes:

- Los aspectos tácticos, técnicos y estratégicos son reglas que se cumplen en la lucha por el dominio del esférico en el campo de juego.
- Un equipo debe coordinar las acciones de juego es decir, moverse, mantener y recuperar el balón para así poder movilizarse hacia la zona de gol del equipo contrario (**Vives Benedicto et al., 2003**).

El objetivo de este deporte es hacer que el balón ruede con el único fin de anotar un gol, el gol es válido cuando el pase la línea del límite del arco contrario. El equipo que logre realizar la mayor cantidad de goles durante los 90 minutos de juego (tiempo neto) será el equipo que gane.

Todo su reglamento fue creado para que sean aplicados en todos los compromisos de juego, sin embargo, las reglas se las podría modificar de acuerdo a las categorías, es decir existe una flexibilidad al momento de ejecutarlas. Dentro de las reglas más principales e importantes tenemos las siguientes:

- **Saque:** se realiza un sorteo y el equipo ganador puede ejecutar el saque o elegir la portería deseada.
- **Gol:** anteriormente, luego de un gol se cambiaba de portería.
- **La portería:** lo constituye el espacio entre dos postes, en el cual el gol será válido.
- **El saque de banda:** al balón salir del área, quien lo toque primero debe realizar el saque del balón con la mano.
- **Fuera de juego:** los atacantes que se encuentran más cerca a la portería que los defensas serán sancionados.
- **El córner:** el córner se saca desde el vértice del campo, sin más limitaciones en la posición de los jugadores que las impuestas por ellos fuera del juego.
- **Golpe franco:** cuando un jugador toma el balón con las manos limpiamente, tiene derecho a un golpe franco, previamente reclamándolo haciendo una marca con el tacón del zapato. En la actualidad, esta regla fue eliminada.
- **La mano:** ningún jugador podrá correr con el balón en las manos. De ser así, se concederá libre directo al equipo contrario y el infractor será sancionado.
- **Las faltas:** no son permitidas los traspies, ni obstáculos, tampoco el puntapié y no se podrá tirar o sostener a un contrario con las manos.
- **Otras faltas:** se prohíbe que el balón sea lanzado con las manos, ni se puede pasar a otro jugador.
- **Infracciones:** bajo ningún pretexto puede ser tomado el balón de suelo, mientras se encuentre en juego.
- **El uniforme de fútbol:** es una camiseta y bermuda con los colores del equipo, su número reflejado, tacos especiales de fútbol, calcetines, y espinilleras (Martínez, 2021).

Para que sea uno de los deportes más populares del mundo se ha ido desarrollando gracias a las reglas citadas anteriormente, es por ello que como en todo deporte las

reglas hacen que el deporte sea justo y equitativo para todos los deportistas con la ayuda de los jueces que en el fútbol se los conoce como árbitros.

Superficie de Juego:

El terreno de juego debe ser completamente natural o si el reglamento lo permite artificial, también puede existir una combinación de los dos materiales (sistema híbrido) siempre y cuando el reglamento de la competición lo permita. Dentro de las dimensiones del terreno de juego irán de entre los 90 y 120 metros de longitud y la anchura irá de entre los 45 metros y menor de 90. Las líneas del terreno de juego serán de color que contraste del estadio es decir color blanco y tendrá una anchura de 12 cm.

Jugadores:

Dentro de un equipo de fútbol los jugadores son las armas para lograr que un equipo gane, es por ellos que a los jugadores se les denomina como:

- **El portero:** es uno de los jugadores más importantes debido a que es el único jugador que puede utilizar las manos dentro de la portería y su función es evitar que el equipo contrario le haga un gol-
- **Los defensas:** como todos los jugadores, los defensas centrales cumplen un rol importante son quienes dirigen la zona defensiva con liderazgo e inteligencia.
- **Los laterales:** forman parte de los defensas y son el apoyo de los centrales defensivos.
- **Los centrocampistas:** se encuentran en la zona medular del equipo y dependiendo del esquema del equipo pueden ser 2 o 3 centrocampistas.
- Los carrileros: son similares a los jugadores laterales con la diferencia que juegan en la zona ofensiva y la mayor parte del tiempo se desplazan por las bandas.
- Los delanteros: su principal función es anotar los goles, dependiendo del esquema puede haber un solo delantero, dos o incluso 3 o más jugadores.

El Balón:

Es el elemento principal pues, sin balón no se podría jugar. Los balones son esféricos y debes estar hechos de un material adecuado, la circunferencia va

comprendida entre 68-70 cm, su peso va entre los 410 y 450 g. y su presión debe ir entre 0.6 y 1.1 atmósferas. **(IFAB, 2020)**

El Árbitro:

Es la persona autorizada y encargada de dirigir el partido de fútbol, es quien toma las decisiones del encuentro deportivo de acuerdo a lo que está testificado en las reglas de juego. El cuerpo arbitral lo conforman cuatro personas, el juez arbitral, dos árbitros asistentes que se encargan principalmente de determinar el fuero de juego y un cuarto arbitro que en caso de existir lesión del árbitro principal deberá tomar su lugar. El equipamiento de los árbitros debe ser completamente diferente a la de los jugadores.

Fútbol Base:

Es un deporte en el que se realiza una serie de ejercicios y actividades recreativas que nos permiten desarrollar los fundamentos básicos, habilidades motrices y capacidades físicas que son esenciales en edades tempranas, se da mediante la práctica del fútbol de forma organizada, con entrenamientos y partidos en el marco de la escuela o de un club.

El programa de fútbol base de la FIFA engloba a niños y niñas de 6 a 12 años y puede desarrollarse en un marco escolar, comunitario o de club. La idea principal del programa es reunir la mayor cantidad de personas posible alrededor de un balón, fomentar el intercambio y la puesta en común de los valores humanos y, por supuesto, disfrutar practicando este maravilloso deporte. Para algunos, el fútbol base es un conjunto de actividades recreativas, para otros, representa la práctica del fútbol de forma organizada, con entrenamiento. **(FIFA, 2019, pág. 10)**

El fútbol base es el seudónimo que se le da al fútbol que es practicado por jugadores jóvenes antes de que lleguen al fútbol profesional. Dentro del fútbol base se engloba las diferentes categorías que ayudarán a que se formen como futbolistas con ayuda de las lecciones técnicas y también tácticas necesarias para cumplir su sueño.

En los diferentes países (que incluso es obligatorio) donde los equipos de fútbol forman a sus jugadores al fútbol base también lo conocen como canteras. Tener una cantera es los equipos de fútbol puede ser muy beneficioso debido a que los jugadores

que se formen allí conocerán la filosofía de trabajo, tendrán fácil adaptabilidad a las exigencias cuando sea profesionales, cabe destacar que para el club por un lado también tendrían beneficios en el aspecto económico.

Categorías del fútbol base

El fútbol base este compuesto por diferentes categorías, las mismas que depende de la edad del jugador, en Estados Unidos el máximo de edad es hasta los veinte y tres años y en otros países hasta los diecinueve. Otro ejemplo de ello es España, que allí los jugadores jugarán dependiendo de la división donde jueguen sus equipos de fútbol y en caso de exceder los 19 años ellos solo podrán jugar solo en la categoría absoluta, es decir en la profesional.

Prebenjamín

Como lo habíamos mencionado anteriormente la categoría prebenjamín, es una categoría en la que niños y niñas de entre 5, 6 y 7 años practican fútbol, pero no como tal, sino como actividades lúdicas enfocadas a este deporte. Es importante que en estas edades los niños realicen juegos como parte de su formación, los niños aprenden jugando.

Benjamín

Esta categoría abarca a los niños y niñas de entre 8 – 9 años. Luego de sentar las bases en la categoría prebenjamín, los niños de esta categoría juegan por primera vez un torneo con otros equipos de sus mismas edades. En esta etapa los niños aprenderán los conceptos básicos de la técnica como los pases, el control y remate, también se recibe las nociones de defensa y ataque.

El educador-entrenador debe enseñar las funciones del correcto funcionamiento de las posiciones teniendo en cuenta el espacio y ver la manera más adecuada de situarse en la cancha. Todas las nociones defensivas y ofensivas deben ser enseñadas de una forma simple y sencilla para que los jugadores la puedan comprender perfectamente.

Alevín

Incluye a todos los niños y niñas de diez y once años. En esta etapa se debe hacer hincapié en cómo y por qué se utilizan los desmarques. También se tiene que explicar las formas de dar profundidad al juego y de crear espacios libres, es decir, enseñar a los jugadores las pautas necesarias para saber cómo y en qué momento atacar. En lo referente a la defensa, los futbolistas deben aprender a realizar los marcajes, las

coberturas y las permutas. En definitiva, se les prepara para que sepan defender, crear y atacar.

Infantil

Incluye a todos los niños y niñas de doce y trece años. En la categoría de fútbol base infantil, los jugadores comenzarán a entrenarse en un campo de fútbol 11. Además de los conceptos aprendidos en las etapas anteriores, el entrenador les enseñará a realizar paredes, cambios de orientación, desmarques en apoyo y ayudas constantes.

En el ámbito defensivo se hace especial énfasis en los marcajes y las permutas, así como en las entradas, la anticipación y las intercepciones. No se debe olvidar explicarles la importancia de mantener bien cubiertos los puestos defensivos.

Además de todo esto, los jugadores aprenderán a crear y utilizar estrategias, las cuales les ayudarán a aprovechar cualquier situación para sorprender o neutralizar a un rival en el transcurso de un partido.

Cadete

Incluye a todos los niños y niñas de catorce y quince años. En esta categoría, los futbolistas deben conocer perfectamente todos los conceptos ofensivos y defensivos enseñados en las etapas anteriores, los cuales deben ser reforzados de manera constante, además de perfeccionar la estrategia. En cada entrenamiento, los jugadores han de seguir practicando los marcajes, los repliegues, las coberturas, las permutas y las basculaciones.

Juvenil

Incluye a todos los niños y niñas de dieciséis, diecisiete y dieciocho años. Durante esta etapa se perfeccionan todos los principios ofensivos y defensivos aprendidos anteriormente, y además el entrenador podrá profundizar en los sistemas y los esquemas tácticos. Las diferentes categorías mencionadas por (**JepSport, 2015**) están claramente especificadas de acuerdo a las edades en las que el niño puede sentar las bases para su mejor rendimiento deportivo.

Para la mayoría de los niños del todo el mundo, el fútbol no solo es un deporte, sino que es la mayor fuente de distracción, la mejor arma de integración social y la mejor herramienta como medio de expresión. Para que el deportista rinda sus mejores frutos

debe tener una guía quien le ayude a sentar las bases en el fútbol, es aquí donde el educador-entrenador cumple el papel más importante.

Dentro de las publicaciones de la **(FIFA, 2019)** se manifiesta que:

- El educador del fútbol es la persona preparada que conoce, sabe y su misión principal del educador es garantizar el desarrollo del niño en los diferentes ámbitos, puede ser en el ámbito deportivo, educativo, social y psicológico.
- El entrenador-educador, en su papel de formador, tiene por vocación el despertar y la iniciación al fútbol para todos los chicos o chicas que deseen descubrir las maravillas de este deporte. Para alcanzar los objetivos que impone este rol de formador, el entrenador- educador de fútbol, en su “escuela de fútbol”, tendrá por misión:
 - Acoger sin espíritu selectivo a todos los jóvenes jugadores y jugadoras a partir de 6 años de edad.
 - Transmitir desde la más temprana edad una educación deportiva sobre la base del respeto y el juego limpio.
 - Desarrollar una mentalidad basada en el placer de jugar y la voluntad de progresar.

El educador-entrenador debe tener vocación para que los niños y niñas se incentiven por practicar el fútbol, también teniendo por misión: acoger a todos los niños de 6 años por igual, transmitir una educación basada en el respeto y juego limpio desde pequeños y desarrollar una mentalidad que se base en el disfrutar de jugar y la voluntad de cada uno de progresar. Además, el entrenador deberá tener algunos conocimientos básicos como el conocimiento del niño, las capacidades pedagógicas de enseñanza y organización; y los conocimientos básicos del fútbol.

Por otra parte, la escuela o donde el niño va a aprender este deporte debe ser un lugar donde los niños se sienten felices y valorados: sentirse seguro: proteger al niño de cualquier daño sea físico o psicológico y solo disfrute jugar, sentirse Bienvenido: acoger a todos los niños de manera equitativa sin discriminación de ningún tipo, sentirse “buen jugador”: destacar lo bueno por encima de lo malo; motivarlo, sentirse como miembro de un grupo: que se sienta que es aceptado y que es parte del equipo y sentirse importante: animarlos para que sean creativos y expresivos, reconociendo sus éxitos.

Por otra parte, el fútbol base en tiempo de pandemia se han venido realizando con la aplicación de los nuevos protocolos sanitarios en las que se adaptan sus metodologías conforme a las indicaciones de las autoridades, es por ello que en el fútbol base se ha venido reinventando, analizando las medidas y maniobras para que se pueda seguir con la práctica.

Actualmente, en los centros de fútbol base más famosos se han tomado medidas para asegurar y mantener el bienestar y la salud de sus entrenados, es por ello que han puesto a un grupo de personas para vigilar que se cumplan con las normas como: el lavado y desinfección de manos constante, uso de mascarilla de manera obligatoria y el distanciamiento social en grupos de 10 a 15 participantes.

El fútbol base vela por mantener los entrenamientos vinculativos y globalizados, con ejercicios de activación, técnica y competiciones reducidas que se ajusten a la realidad actual. En el caso de que no se pueda globalizar, los entrenamientos o programas de fútbol base se han planteado para números más reducidos de jugadores con ayuda de los materiales complementarios como las escaleras, aros para mejorar la coordinación y activación, y para mejorar las tareas de finalización se han reducido las porterías y se han usado jugadores de barrera, y para las tareas de progresión se han usado picas.

Variable Dependiente

Movimiento

Dentro de la Educación Física el movimiento o movimientos corporales es el calentamiento que a su vez puede venir acompañado de estiramientos, estos se los realiza para que el cuerpo entre en forma para la ejecución de ejercicios de mayor esfuerzo. El cuerpo es el medio por el cual un ser vivo puede realizar el movimiento, en la Educación Física al movimiento se lo considera como algo natural, también el movimiento conlleva una serie de patrones que pueden ser usados para la realización de algún deporte (**Marcelo & Unlp, 2011**).

Dentro de la realización de los movimientos corporales entra lo que son los segmentos corporales que incluyen el movimiento y se clasifican de la siguiente forma:

- Flexión: movimiento en el cual se reduce el ángulo de las articulaciones, como ejemplo de ello tenemos flexión de rodilla, brazos, etc.
- Extensión: movimiento en el cual el ángulo de las articulaciones se separa, como la extensión de codos.
- Abducción: movimiento en el cual se separa las articulaciones o las partes del cuerpo de las líneas centrales del cuerpo, como separar el brazo de nuestro cuerpo.
- Aducción: movimiento en el cual se aproxima a la línea central de nuestro cuerpo como cuando se acerca el brazo a nuestro cuerpo.
- Rotación: movimientos externos e internos de las articulaciones, es decir, cuando las articulaciones van hacia afuera o hacia adentro como la rotación de piernas y brazos.
- Circunducción: movimientos en el cual las articulaciones logran desplazarse de manera circular a nivel de nuestro cuerpo como giros de brazos o de piernas.
- Eversión: movimientos en el cual el pie se desplaza hacia la parte externa media de nuestro cuerpo.
- Inversión: movimientos en el cual nuestro pie gira hacia la parte media de nuestro cuerpo.

Psicomotricidad

La psicomotricidad es un tema amplio que según lo mencionado por **(Bolaños et al., 2018)** en el ámbito profesional y ámbito teórico consideran al hombre en su totalidad psíquico corporal, funcional y estructural, quien tiene en su convivencia un rol de suma importancia en relación con el bienestar de la persona.

Dentro del ámbito educativo la psicomotricidad “es más relevante y tiene una mejor acogida en la etapa que va desde los 0 a los 6 años que son las etapas preescolar e infantil” **(Rivas y Madrona, 2016)**. Como es de conocimiento la psicomotricidad son las bases para que los niños puedan desarrollar las habilidades motrices básicas, estas a su vez son pilares fundamentales para el desarrollo de las capacidades físicas básicas por lo que es esencial que se trabaje en tempranas edades la psicomotricidad para que en un futuro no se complique el desarrollo de las habilidades y capacidades anteriormente mencionadas.

Por otra parte, **(Ferre-Rey et al., 2021)** menciona que una de las prioridades de la psicomotricidad es el trabajo de relación de la persona con los objetos, con las demás personas y con ella misma; es por ello que también la psicomotricidad tiene como objetivo facilitar la maduración y el desarrollo de los niños sustentándose en lo establecido en el currículum por medio de los juegos y de la motricidad.

La psicomotricidad establece principios que buscan favorecer el trabajo psicomotriz educativo o terapéutico como:

La identidad que busca la integración global del niño considerando los aspectos afectivos, sociales, motor y cognitivo. La comunicación en el cual se consolida los procesos de escuchar, comprender y expresar y por tanto se da la interacción social. La expresividad que es la capacidad para expresarse de manera espontánea y auténtica en la que se pone de manifiesto las emociones o sentimientos por medio de del desarrollo de la capacidad sensitiva (propioceptiva, interoceptiva y también exteroceptiva). El pensamiento el cual permite representar las acciones y objetos con los cuales el niño experimenta beneficiando la generación de nuevas ideas y a su vez proporcionando al niño la capacidad para que pueda resolver los problemas más difíciles. Finalmente el principio de producción expresiva creativa permite que se libere de forma libre, espontanea las emociones y sentimientos **(Araujo & Gabelán, 2010)**.

Motricidad

La motricidad es el dominio que tiene el ser humano para ejercer sobre su propio cuerpo. La motricidad es algo integral debido a que intervienen los sistemas de nuestro cuerpo, esto va más allá de solo reproducir los gestos y movimiento debido a que se involucra la espontaneidad, creatividad, intuición, etc. **(Baracco, 2011)**

La Motricidad es la capacidad del hombre y los animales de realizar movimientos por sí mismo, el desarrollo del movimiento del recién nacido se divide en motricidad gruesa y motricidad fina.

En el ámbito de la motricidad gruesa se tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad para mantener el equilibrio, también se la conoce como la habilidad que el niño va adquiriendo, para mover cuidadosamente los músculos de su

cuerpo, adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos. El ritmo de evolución varía de un sujeto a otro teniendo en cuenta siempre los parámetros, de acuerdo con la madurez del sistema nervioso, su carga genética, su temperamento básico y la estimulación ambiental. Este desarrollo va en dirección céfalo-caudal es decir primero cuello, continúa con el tronco continúa con la cadera y finaliza con las piernas. **(Nuñez, 2012)**

La motricidad fina son aquellas actividades en las que el niño necesita de un alto nivel de precisión, concentración y coordinación. Este tipo de motricidad se enfoca a los movimientos que son realizados por una o más partes del cuerpo que no necesitan una mayor amplitud sino una mayor precisión. Muchos autores definen que la motricidad fina empieza al año y medio cuando se empieza a trabajar a la par las habilidades motrices, implica precisión, eficacia, armonía y acción, lo que llamamos movimientos dotados de sentido útil, y es lo que hace la gran diferencia entre el hombre y los animales. También puede definirse como las acciones del ser humano en cuya realización se relaciona la intervención del ojo, la mano (óculo-manos), los dedos en interacción con el medio, también se relaciona con los movimientos finos coordinados entre ojos y manos (coordinación óculo-manual).

También nos permite también hacer movimientos pequeños y muy precisos. El desarrollo del control de la motricidad fina es el proceso que consiste en el refinamiento del control de la motricidad gruesa y se desarrolla a medida que el sistema neurológico madura.

La estimulación de la motricidad fina (músculos de la mano) es primordial antes del aprendizaje de la lectura-escritura. Si se analiza que la escritura necesita de una coordinación y entrenamiento motriz de las manos, nos damos cuenta de que es de vital importancia que el docente de preescolar realice una serie de ejercicios, secuenciales en complejidad, para lograr el dominio y destreza de los músculos finos de dedos y manos. **(Díaz, 2011)**

Habilidades Motrices:

La habilidad motriz básica es la capacidad, adquirida por aprendizaje, de realizar uno o más patrones motores fundamentales a partir de los cuales el individuo podrá

realizar habilidades más complejas. “el aumento del repertorio de patrones motores en el niño le posibilitará una disminución de la dificultad en el momento en que haya que aprender habilidades más complejas” (Gusqui, 2015).

Dentro de la Educación Física a la habilidad motriz básica se la viene a considerar a toda una serie de acciones motrices que asoman de modo filogenético en lo que viene a ser la evolución humana, dentro de estas tenemos: el correr, saltar, lanzar, marchar, recepcionar. Las habilidades motrices básicas mencionadas encuentran un soporte para el desarrollo en las habilidades perceptivas, las mismas que están presentes desde el nacimiento y al mismo tiempo en las que evolucionan (Cidoncha y Díaz, 2010).

(Rodríguez et al., 2014) menciona que las categorías de movimientos básicos en las que divide las habilidades motrices son los movimientos que implican locomoción, dentro de estas andar, correr y saltar y los movimientos que no implican locomoción tenemos: doblar, estirar, lanzar, girar, retorcer, empujar, etc., es decir, asociado a tareas que son de carácter manipulativo. Dentro de lo marco global se puede considerar que todos los movimientos del cuerpo humano pueden llegar a ser considerados como variaciones por combinación de los movimientos básicos.

Los objetivos esenciales de las habilidades motrices se basan en que sus aprendizajes innatos y adquiridos se vayan desarrollando de una manera armónica y correcta. De esta manera poder dominar sus destrezas adquiridas y así poder ir perfeccionando cada una de ellas en cada una de las diferentes actividades que se realice.

A continuación, mencionaremos la evolución de las habilidades motrices básicas desde diferentes fases:

Evolución de las habilidades motrices

Dentro de lo que manifiesta (Díaz E. , 2017) el desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo en los niños siguiendo las siguientes fases:

1ª fase (4-6 años)

- Desarrollo de las habilidades perceptivas a través de tareas motrices habituales.

- Desarrollo de capacidades perceptivas tanto del propio cuerpo como a nivel espacial y temporal.
- Las tareas habituales incluyen: caminar, tirar, empujar, correr, saltar...
- Se utilizan estrategias de exploración y descubrimiento.
- Se emplean juegos libres o de baja organización.
- Para el desarrollo de la lateralidad se emplean segmentos de uno y otro lado para que el alumno descubra y afirme su parte dominante.

2ª fase (7-9 años)

- Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas mediante movimientos básicos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos.
- Estos movimientos básicos están referidos a desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.
- En la actividad física se utiliza el componente lúdico-competitivo.
- Se busca el perfeccionamiento y una mayor complejidad de los movimientos de la etapa anterior.
- Se siguen estrategias de búsqueda fundamentalmente, pero a veces será necesaria la instrucción directa por parte del profesor para enseñar algunos movimientos complejos.

3ª fase (10-13 años)

- Se da una iniciación a las habilidades y tareas específicas que tienen un carácter lúdico-deportivo y se refieren a actividades deportivas o actividades expresivas.
- Se trabajan habilidades genéricas comunes a muchos deportes.
- Se inician habilidades específicas de cada deporte y técnicas para mejorar los gestos.

4ª fase (14-17)

- Esta fase se sale de nuestro campo de Primaria, e incluye:
- Desarrollo de habilidades motrices específicas.

- Iniciación a la especialización deportiva.
- Trabajo de técnica y táctica con aplicación real. **(Gusqui, 2015)**

Clasificación de las habilidades motrices:

Las habilidades motrices básicas se pueden clasificar en: locomotrices, no locomotrices y de proyección/recepción. **(Perez, 2013)**

Locomotorices:

Son movimientos que tienen como objetivo principal llevar al cuerpo de un lado a otro del espacio. Andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, esquivar, caer, trepar, subir, bajar.

- La marcha: Andar es una forma natural de locomoción vertical. Su patrón motor está caracterizado por una acción alternativa y progresiva de las piernas y un contacto continuo con la superficie de apoyo. En la infancia se pasa de arrastrarse a andar a gatas, de ahí a andar con ayuda o a trompicones, hasta llegar a hacerlo de un modo norma
- Correr: Correr es una ampliación natural de la habilidad física de andar. De hecho, se diferencia de la marcha por la llamada "fase aérea". Correr es una parte del desarrollo locomotor humano que aparece a temprana edad. Antes de aprender a correr, el niño aprende a caminar sin ayuda y adquiere las capacidades adicionales necesarias para enfrentarse a las exigencias de la nueva habilidad.
- Saltar: Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación

No locomotrices:

Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, pero no se realiza ninguna locomoción: balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse.

- **Equilibrio:** Por equilibrio podemos entender, la capacidad de asumir y mantener una determinada postura en contra de la gravedad. Factores como la base, altura del centro de gravedad, número de apoyos, elevación sobre el suelo, estabilidad de la propia base, dinamismo del ejercicio, etc., pueden variar la dificultad de las tareas equilibradoras. El equilibrio es un factor de la motricidad infantil que evoluciona con la edad y que está estrechamente ligado a la maduración del SNC (Sistema Nervioso Central).
- **Giro:** El giro es aquel movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano, vertical, transversal y Sagital. Los giros, desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación de la persona, favoreciendo la capacidad de orientación espacial. Podemos establecer varios tipos de giros: - Según los tres ejes corporales: Rotaciones, Volteretas, Ruedas. -Giros en contacto con el suelo. -Giros en suspensión. -Giros con agarre constante de manos (barra fija). -Giros con apoyos y suspensión múltiples y sucesivos. **(Perez, 2013)**

De manipulación:

Recepcionar, lanzar, golpear, atrapar, rodar, driblar, etc.

- **Lanzamientos:** Ante diversidad de lanzamientos y ante la imposibilidad de explicar todos brevemente podemos distinguir dos tipos de lanzamiento: Lanzamiento de distancia Lanzamiento de precisión
- **Recepciones:** Coger, como habilidad básica, supone el uso de una o ambas manos y/o de otras partes del cuerpo para parar y controlar una pelota u objeto aéreo o en reposo. Distinguimos dos tipos de recepciones:

Recepciones propiamente dichas: Paradas, Controles

1.2 Objetivos

Objetivo General

Determinar la incidencia del fútbol base en las habilidades motrices básicas en los escolares de Educación Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022.

1.3 Objetivos Específicos

Objetivo Específico 1

Valorar el nivel inicial de desarrollo de las habilidades motrices básicas en los escolares de Educación Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022.

Objetivo Específico 2

Evaluar el desarrollo de las habilidades motrices básicas posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en los escolares de Educación Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022.

Objetivo específico 3

Analizar la diferencia entre la valoración inicial de habilidades motrices básicas y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en escolares de Educación Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

Los recursos bibliográficos y físicos que se utilizaron para el desarrollo de la presente investigación son los que se detallan a continuación:

2.1.1 Recursos Bibliográficos

Artículos científicos, libros encontrados en las bases de datos SCIELO, SCOPUS, REDALYC, GOOGLE ACADÉMICO, DIALNET Y LATINDEX

2.1.2 Recursos Humanos

- **Tutor:** Lic. Hidalgo Alava Dennis José, Mg.
- **Autor:** Torres Guerrero Erik Alberto
- Escolares de Séptimo grado de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de Abril.

2.1.4 Recursos Materiales

- Programa de entrenamiento
- Hojas
- Lista de los estudiantes
- Esferos
- Silbato
- Conos
- Platos de entrenamiento
- Balones de fútbol.

2.1.5 Recursos Económicos

Tabla 1 *Recursos Económicos*

Cantidad	Descripción	Precio Unitario	Precio Total
10	Transporte	0.75	7.50
2	Esferos	0.50	1.00
12	Conos	1.00	12.00
12	Platos de entrenamiento	1.00	12.00
3	Balones de Fútbol	5.00	15.00
1	Silbato	6.00	6.00
	Empastado	10.00	10.00
	Internet	20.00	20.00
	Impresiones	15.00	15.00
TOTAL			\$98.50

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

2.2 Métodos

2.2.1 Diseño de investigación

El presente estudio de investigación se basó en un enfoque cuantitativo; cuando hablamos de enfoque cuantitativo hablamos de la recolección y análisis de los datos para responder a las preguntas realizadas en la investigación y probar las posibles hipótesis que fueron establecidas previamente, se confía plenamente en la medición numérica, el conteo y en sí, en la estadística para establecer con precisión los datos recolectados, por su finalidad es una investigación aplicada y por su diseño preexperimental debido a que se trabajó con un solo grupo y en la cual se midió solo una variable que en este caso es el fútbol base.

Dentro de lo que es la fuente de datos se caracteriza por ser una investigación de campo en la que se consiste en recolectar los datos a todos los sujetos investigados, de la realidad donde ocurren los hechos, es decir, el lugar en el cual el investigador obtiene la información, sin alterar las condiciones existentes; este a su vez tendrá un corte longitudinal, ya que se midió la variable dependiente en un periodo pre y post intervención.

2.2.2 Población y muestra de estudio

Tema: El fútbol base en las habilidades motrices básicas en los escolares de básica general media.

POBLACIÓN Y MUESTRA: FINITA (130 escolares EGB-M)

UNIDAD DE ANALÍTICA: 1 estudiante EGB-M

MUESTRA: No probabilística (Se seleccionará a la muestra de entre los estudiantes de 6to EGB-M, debido a que las autoridades así lo decidieron por la pandemia de Covid-19 que actualmente está afectando a todo el mundo)

MUESTREO POR CONVENIENCIA: Se asignó trabajar con los escolares de 6to grado de EGB-M.

La población de estudio considerada en la presente investigación es finita, constituida por un total de 130 escolares de la Unidad Educativa “17 de Abril” del cantón Quero, a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, se seleccionó a una muestra de 14 estudiantes pertenecientes al sexto grado de Educación General Básica Media, mismo que ha sido designado por las autoridades por motivo de la pandemia Covid-19, debido a que trabajan de manera presencial, lo cual beneficia el desarrollo de la investigación.

2.2.3 Técnicas e instrumentos de investigación

En la presente investigación se trabajará con una batería de habilidades motrices básicas (Anexo 2) que está compuesta por 78 ítems a evaluar con una escala de mínimo (1) y máximo (2) y en la que cada ítem tiene tres niveles (bajo, medio y alto), la misma que será aplicado dos veces. Se la aplicará dos veces, la primera para medir el nivel inicial de habilidades motrices básicas de los niños y la segunda al final de la intervención, es decir, luego de haber realizado 6 clases del programa de ejercicios básicos de fútbol base.

El instrumento con el que se trabajará es la batería de habilidades motrices básicas, un instrumento diseñado justamente para medir las habilidades motrices básicas por etapas, es decir, se medirá las habilidades motrices de manipulación, locomoción y estabilidad. Esta batería posee componentes que sin duda alguna nos ayudará a

determinar si los estudiantes poseen un alto o bajo nivel de habilidades motrices básicas y desde allí se partirá a trabajarlas para mejorarlas.

Como se mencionó anteriormente se aplicará el instrumento, luego se aplicará 6 clases con el programa de ejercicios básicos de fútbol base para mejorar las habilidades motrices y finalmente se volverá aplicar el instrumento para determinar si hubo mejora o no de las habilidades motrices básicas post la intervención realizada.

2.2.3 Plan de recolección de la información

Los datos y la información se recolectarán de manera presencial, es decir, los datos del pre-test y post-test son recogidos uno por uno y gracias a ello se da la autenticidad y confiabilidad de los datos aplicados a los estudiantes de sexto grado de educación general básica media en la unidad educativa 17 de abril. Luego de la recolección de datos se procederá a realizar el análisis estadístico en el cual se verificará los datos y la información obtenidos; para un mejor conocimiento lo detallaremos de la siguiente manera:

- Selección de la muestra de estudio.
- Aplicación de “Batería de Habilidades Motrices Básicas” en el periodo pre intervención.
- Aplicación del programa de ejercicios de fútbol base.
- Aplicación de “Batería de Habilidades Motrices Básicas” en el periodo post intervención.
- Construcción de las matrices de datos para el análisis respectivo.
- Análisis de los resultados obtenidos.
- Tratamiento estadístico.
- Elaboración de las conclusiones y recomendaciones.

2.2.4 Tratamiento estadístico de los resultados

Para este proceso se utilizó el software de procesamiento estadístico SPSS 25, realizando en la caracterización de la muestra de estudio un análisis de frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y un análisis descriptivo para las variables cuantitativas, así como una prueba de normalidad de Shapiro-Wilk que determino la

aplicación de la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney para muestras independientes con el objetivo de determinar diferencias significativas entre grupos por sexo. En el análisis general de resultados y verificación de las hipótesis de investigación se realizaron análisis descriptivos y la aplicación de la prueba no paramétrica de Wilcoxon para muestras relacionadas con el objetivo de determinar diferencias significativas entre los diferentes periodos de intervención.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se plantean los resultados obtenidos en la investigación y la respectiva discusión de los mismos de manera clara y detallada.

3.1 Análisis y discusión de los resultados

A continuación, se presenta los resultados obtenidos por objetivos, empezando con el proceso de caracterización de la muestra de estudio.

Tabla 2 *Caracterización de la muestra de estudio*

Sexo	f	%	Edad (años)		Peso (kg)		Estatura (m)	
			M	DS	M	DS	M	DS
Masculino	7	50.0	10.1	0.4	77.0	7.4	1.4	0.1
Femenino	7	50.0	10.3	0.5	71.6	11.9	1.4	0.1
P			0.530*		0.522*		0.564*	
Total	14	100	10.2	0.4	74.3	9.9	1.4	0.1

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

Nota. Análisis de frecuencias (f), porcentajes (%), valores mínimos (Mín), máximo (Máx), medios (M) y desviaciones estándares (DS) con pruebas de significación en un nivel de $P \geq 0.05$ (*) entre grupos.

Para comparar dos tipos de muestras (masculino y femenino) en relación a una variable aplicamos la prueba de normalidad para determinar el tipo de prueba que se va aplicar, en este caso como obtenemos datos anormales aplicamos la prueba U de Mann-Whitney, al aplicar esta prueba nos da un valor de 0.530 para la edad, 0.522 para el peso y 0.564 para la estatura; estos valores son mayores a 0.05 y eso nos ayudar a determinar que: descriptivamente hay una diferencia de 0.2 años y 5.4 kg. a favor del género masculino, no obstante, estadísticamente no existe diferencias significativas y se puede considerar que la edad y el peso en ambos grupos son iguales. Por otra parte, para la estatura estadísticamente los grupos son iguales.

3.2 Resultados por objetivos

Resultados de la valoración inicial de desarrollo de las habilidades motrices básicas en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022

La aplicación del instrumento descrito en la metodología de la investigación, permitió valorar a las habilidades motrices básicas por etapa de estudio, es decir, resultados de las habilidades de locomoción, habilidades de manipulación, habilidades de estabilidad, y de manera integral.

Habilidades de locomoción.

Se evaluaron las acciones de la marcha, carrera, salto horizontal con pies juntos y saltos con cada pierna.

Tabla 3 Resultados de la habilidad motriz de locomoción durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio

Acciones de locomoción	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Marcha	14	2	4	3.14	0.54
Correr	14	2	4	2.79	0.58
Salto horizontal pies juntos	14	2	4	2.79	0.58
Salto con pie derecho	14	2	4	2.86	0.66
Salto con pie izquierdo	14	1	4	2.57	0.77
Habilidad motriz de locomoción	14	10.00	17.00	14.14	1.99

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

En lo que respecta a los resultados de la habilidad motriz de locomoción durante el periodo PRE intervención se puede observar que la acción motriz de locomoción que más resultado tuvo fue la de marcha con una media de 3.14, seguida de la acción de salto con pie derecho con una media de 2.86, luego tenemos con la misma media 2.79 a las acciones de correr y saltar horizontalmente con los pies juntos y finalmente la acción motriz de locomoción que menos resultados tuvo fue el salto con pie izquierdo que tuvo una media de 2.57. Para terminar, se puede decir que las acciones motrices

de locomoción mencionadas anteriormente tienen como resultado en conjunto una media de 14.14.

Habilidades de manipulación.

Se evaluaron las acciones de lanzamientos con ambas manos, lanzamientos con cada mano, atrapar, pateo y recepción con diferentes piernas.

Tabla 4 Resultados de la habilidad motriz de manipulación durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio.

Acciones de manipulación	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Lanzamiento con las 2 manos	14	2	4	3.29	0.83
Lanzamiento con la mano derecha	14	0	5	2.93	1.54
Lanzamiento con la mano izquierda	14	2	4	3.14	0.66
Atrapar con las dos manos	14	2	4	3.36	0.63
Patear con pie derecho	14	2	4	3.21	0.80
Patear con pie izquierdo	14	0	4	2.93	0.99
Recepción con el pie derecho	14	2	3	2.57	0.51
Recepción con el pie izquierdo	14	1	3	2.29	0.61
Habilidad motriz de manipulación	14	10.00	30.00	24.79	5.07

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

En los datos de la habilidad motriz de manipulación durante el periodo PRE intervención, la acción motriz de manipulación que más resultado tuvo fue la de atrapar con las dos manos con una media de 3.36, luego están las acciones de lanzamiento con las dos manos con 3.29, patear con pie derecho 3.21, lanzamiento con la mano izquierda 3.14, luego tenemos con una media de 2.93 para la acción de lanzamiento con la mano derecha y patear con el pie izquierdo y finalmente las acciones motrices de manipulación con menos resultados fueron la recepción con el pie derecho con una media de 2.57 y recepción con el pie izquierdo con una media de 2.19. En cuanto respecta al total se puede ver que la media tiene un valor del 24.79.

Habilidades de estabilidad.

Se evaluaron las acciones de equilibrio dinámico y estático con cada pierna.

Tabla 5 Resultados de la habilidad motriz de estabilidad durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio.

Acciones de estabilidad	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Equilibrio dinámico	14	1	4	2.57	0.76
Equilibrio estático en pie derecho	14	2	4	2.86	0.77
Equilibrio estático en pie izquierdo	14	2	4	2.79	0.58
Habilidad motriz de estabilidad	14	12.00	15.00	13.00	0.96

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

La siguiente tabla muestra los resultados de la acción motriz de estabilidad PRE intervención en la que se puede observar que la acción con mejor resultado es la acción de equilibrio dinámico con una media de 2.86, seguido del equilibrio estático en pie izquierdo con una media de 2.79 y finalmente la acción con menos resultado es la acción de equilibrio dinámico 2.57. De manera total se puede obtener una media de 13.00 en cuanto se habla de la habilidad motriz de estabilidad pre intervención.

Desarrollo de habilidades motrices básicas de manera integral

Una vez valoradas las diferentes acciones de locomoción, manipulación y estabilidad, se presentan los resultados de la valoración integral.

Tabla 6 Resultados del desarrollo de habilidades motrices básicas de manera integral durante el periodo PRE intervención en la muestra de estudio.

Acciones motrices básicas	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Locomoción	14	10.00	17.00	14.14	1.99
Manipulación	14	10.00	30.00	24.79	5.07
Estabilidad	14	12.00	15.00	13.00	0.96
Habilidades motrices básicas	14	34.00	58.00	51.93	6.29

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

Una vez visto los resultados de las habilidades motrices básicas por partes, ahora se presentan los resultados de manera general por habilidad, es decir, las habilidades motrices que más resultados tuvieron fueron las habilidades de manipulación con una media de 24.79 tomando en cuenta que fueron las que más acciones se valoraron, luego tenemos las habilidades de locomoción con una media de 14.14 y finalmente están las habilidades de estabilidad con una media de 13.00. Cabe recalcar que las habilidades de manipulación son las que presenta más resultado porque existe un mayor número de acciones, así mismo con las habilidades de manipulación que en cambio son las que menos acciones se evaluó.

De manera total dentro de las habilidades motrices básicas pre intervención se puede observar que existe una media de 51.93, como resultado de la suma de las habilidades de manipulación, locomoción y estabilidad.

Resultados de la evaluación del desarrollo de las habilidades motrices básicas posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022

Posterior a la intervención propuesta y bajo las mismas condiciones iniciales se evaluaron a las habilidades motrices básicas en esta etapa de estudio.

Habilidades de locomoción.

Se evaluaron las acciones de la marcha, carrera, salto horizontal con pies juntos y saltos con cada pierna.

Tabla 7 Resultados de la habilidad motriz de locomoción durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio.

Acciones de locomoción	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Marcha	14	4	5	4.14	0.36
Correr	14	3	5	3.86	0.66
Salto horizontal pies juntos	14	3	5	3.86	0.54

Salto con pie derecho	14	3	5	4.07	0.48
Salto con pie izquierdo	14	3	4	3.64	0.50
Habilidad motriz de locomoción	14	16.00	23.00	19.57	1.91

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

Los resultados de la habilidad motriz de locomoción durante el periodo POST intervención fueron datos en el cual se puede observar que la acción motriz de locomoción que más resultado tuvo fue la de marcha con una media de 4.14, seguida de la acción de salto con pie derecho con una media de 4.07, luego tenemos con la misma media 3.86 a las acciones de correr y saltar horizontalmente con los pies juntos y finalmente la acción motriz de locomoción que mostró el menor resultado fue el salto con pie izquierdo que tuvo una media de 3.64. Para terminar, se puede decir que las acciones motrices de locomoción mencionadas anteriormente tienen como resultado en conjunto una media de 19.57.

Habilidades de manipulación.

Se evaluaron las acciones de lanzamientos con ambas manos, lanzamientos con cada mano, atrapar, pateo y recepción con diferentes piernas.

Tabla 8 *Resultados de la habilidad motriz de manipulación durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio*

Acciones de manipulación	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Lanzamiento con las 2 manos	14	3	5	4.00	0.56
Lanzamiento con la mano derecha	14	2	5	4.07	0.83
Lanzamiento con la mano izquierda	14	3	4	3.71	0.47
Atrapar con las dos manos	14	4	5	4.29	0.47
Patear con pie derecho	14	4	5	4.57	0.51
Patear con pie izquierdo	14	4	5	4.29	0.47
Recepción con el pie derecho	14	3	4	3.50	0.52
Recepción con el pie izquierdo	14	2	4	3.29	0.61
Habilidad motriz de manipulación	14	28.00	34.00	31.71	1.94

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

Los resultados de la habilidad motriz de manipulación durante el periodo POST intervención son resultados en los que se puede observar que la acción motriz de manipulación que más resultado tuvo fue la de patear con pie derecho con una media de 4.57, luego están las acciones de patear con pie izquierdo y atrapar con las dos manos con una media de 4.29 respectivamente, luego tenemos a la acción de lanzamiento con la mano derecha con una media de 4.07, lanzamiento con las dos manos con una media de 4.00, posterior a ello tenemos a la acción de lanzamiento con la mano izquierda con una media de 3.71 y finalmente las acciones motrices de manipulación con menos resultados fueron la recepción con el pie derecho con una media de 3.50 y recepción con el pie izquierdo con una media de 3.19. En cuanto respecta al total POST intervención de las acciones de habilidades motrices de manipulación se puede ver que la media tiene un valor del 31.71.

Habilidades de estabilidad.

Se evaluaron las acciones de equilibrio dinámico y estático con cada pierna.

Tabla 9 Resultados de la habilidad motriz de estabilidad durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio

Acciones de estabilidad	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Equilibrio dinámico	14	4	5	4.29	0.47
Equilibrio estático en pie derecho	14	4	5	4.50	0.52
Equilibrio estático en pie izquierdo	14	3	5	4.21	0.58
Habilidad motriz de estabilidad	14	12.00	15.00	13.00	0.96

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

La siguiente tabla muestra los resultados de la acción motriz de estabilidad POST intervención en la que se puede observar que la acción con mejor resultado es la acción de equilibrio estático en pie derecho con un valor de 4.50, seguido del equilibrio estático con una media de 4.29 y finalmente la acción con menos resultado es la acción de equilibrio estático en pie izquierdo con una media de 4.21. De manera total se puede

obtener una media de 13.00 en cuanto se habla de la habilidad motriz de estabilidad POST intervención.

Desarrollo de habilidades motrices básicas de manera integral

Una vez valoradas las diferentes acciones de locomoción, manipulación y estabilidad, se presentan los resultados de la valoración integral.

Tabla 10 *Resultados del desarrollo de habilidades motrices básicas de manera integral durante el periodo POST intervención en la muestra de estudio*

Acciones motrices básicas	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Locomoción	14	16.00	23.00	19.57	1.91
Manipulación	14	28.00	34.00	31.71	1.94
Estabilidad	14	12.00	15.00	13.00	0.96
Habilidades motrices básicas	14	60.00	72.00	64.29	3.27

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

Una vez visto los resultados de las habilidades motrices básicas por partes, ahora se presentan los resultados de manera general por habilidad POST intervención, es decir, las habilidades motrices que más resultados tuvieron fueron las habilidades de manipulación con una media de 31.71 tomando en cuenta que fueron las que más acciones se valoraron, luego tenemos las habilidades de locomoción con una media de 19.57 y finalmente están las habilidades de estabilidad con una media de 13.00. Cabe recalcar que las habilidades de manipulación son las que presenta más resultado porque existe un mayor número de acciones, así mismo con las habilidades de manipulación que en cambio son las que menos acciones se evaluó.

De manera total dentro de las habilidades motrices básicas POST intervención se puede observar que existe una media de 64.29, como resultado de la suma de las habilidades de manipulación, locomoción y estabilidad.

Resultados del análisis de la diferencia entre el desarrollo inicial de habilidades motrices básicas y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022

Realizadas las diferentes evaluaciones por periodo se estableció la diferencia existente entre ellos, tomando en cuenta cada habilidad y su desarrollo de manera integral.

Tabla 11 Diferencia de resultados entre periodos POST y PRE intervención de habilidades motrices básicas en la muestra de estudio.

Diferencia entre periodos POST y PRE intervención	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Locomoción	14	1.00	8.00	5.43	2.10
Manipulación	14	2.00	22.00	6.93	5.17
Estabilidad	14	0.00	0.00	0.00	0.00
Habilidades motrices básicas	14	5.00	29.00	12.36	6.20

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

En la presente tabla se puede observar la diferencia entre el pre y post intervención de las habilidades motrices básicas, se logra determinar que existe una mejora de 5.43 puntos en las habilidades de manipulación, una mejora de 6.93 puntos en cuanto a las habilidades de manipulación, siendo estas las habilidades que mayor resultado tuvo de mejor. Se evidencia que en las habilidades de estabilidad no existió alguna mejora descriptivamente, es decir que los resultados fueron iguales.

De manera general se logra obtener que en la diferencia entre el pre y post intervención existe una mejora del 12.36 en cuanto al total de las habilidades motrices básicas.

3.3 Verificación de hipótesis

Posterior a la valoración de los resultados de las habilidades motrices básicas se tomó en cuenta la verificación estadística de la hipótesis de la investigación, la siguiente tabla:

Tabla 12 *Análisis estadístico para comprobación de hipótesis*

Estadísticos	Locomoción PRE y POST	Manipulación PRE y POST	Estabilidad PRE y POST	Habilidades motrices básicas PRE y POST
Z	-3.310	-3.314	0.000	-3.306
Sig. asintótica(bilateral)	0.001*	0.001*	1.000**	0.001*

Elaborado por: *Torres Guerrero Erik Alberto*

Nota. Diferencias significativas en niveles de $P < 0.05$ (*) y $P \geq 0.05$ (**)

Aplicando la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas se observó que en las acciones de locomoción y manipulación existían diferencias significativas en un nivel de $P < 0.05$ entre periodos, en relación a la acción de estabilidad no existieron diferencias significativas con nivel de $P = 1$. No obstante de manera integral si existieron diferencias significativas en el desarrollo de las habilidades motrices básicas entre periodos en un nivel de $P < 0.05$, lo que permitió aceptar la hipótesis alternativas de investigación que determina:

H1: El fútbol base **incide** en las habilidades motrices básicas en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril durante el periodo octubre 2021 – enero 2022.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Se valoró el nivel inicial de las habilidades motrices básicas en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril, determinando que de manera general el mayor porcentaje se presentó en las habilidades de manipulación, teniendo en cuenta que fueron las que más actividades se evaluaron, no obstante, secuencialmente las habilidades de locomoción y estabilidad tuvieron un menor porcentaje
- Se evaluó el desarrollo de las habilidades motrices básicas posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril, determinando que de manera grupal hubo una mejora y un aumento de porcentajes en las habilidades de manipulación y de locomoción en relación al nivel inicial, por otra parte las habilidades de locomoción sufrió mínimas modificaciones, es decir, estadísticamente no hubo cambios significativos en las habilidades de estabilidad, pero sí hubo cambios de manera general por el aumento de porcentajes en las habilidades motrices básicas.
- Se analizó la diferencia entre la valoración inicial de habilidades motrices básicas y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base en escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril, determinando que: en las acciones de locomoción y manipulación existían diferencias significativas en un nivel de $P < 0.05$ entre periodos, en relación a la acción de estabilidad no existieron diferencias significativas con nivel de $P = 1$. No obstante de manera integral si existieron diferencias significativas en el desarrollo de las habilidades motrices básicas entre periodos en un nivel de $P < 0.05$.

4.2 Recomendaciones

En base a los resultados obtenidos se recomienda:

- Se recomienda valorar el nivel inicial de las habilidades motrices básicas en los escolares de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril ya que esto permite llevar políticas de control en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los escolares.
- Se recomienda evaluar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en todos sus componentes como las habilidades de manipulación, locomoción y estabilidad ya que esto permite llevar un control en la evolución que los escolares deben tener en las habilidades motrices básicas según su edad y género.
- Se recomienda analizar la diferencia entre el nivel inicial de habilidades motrices básicas y posterior a la aplicación de un programa de ejercicios de fútbol base con el objetivo de evidenciar un mejoramiento en los educandos de las habilidades motrices gracias al fútbol base y así poder llevar un mejor control sobre si cada una de estas variables pueden de una u otra manera afectarse entre sí y tomar las respectivas correcciones dentro de la clase de Educación Física.

MATERIALES DE REFERENCIA

Referencias Bibliográficas

ANEXOS

Anexo 1

Propuesta de Intervención

- **Datos Informativos**

Modalidad: Presencial

Autor: Erik Alberto Torres Guerrero

Carrera: Pedagogía De La Actividad Física Y Deporte

Área: Deportes

Línea De Investigación: Comportamiento Social Y Educativo

Período: Septiembre 2021 – Febrero 2022

- **Antecedentes de la Propuesta**

El fútbol base es considerado como uno de los programas de entrenamiento más efectivos y adecuados para la enseñanza de este deporte en los niños, al ponerlo en práctica no solo se desarrollan las acciones y habilidades motrices, capacidades físicas, etc., si no también tienen múltiples beneficios como mejorar la condición física, fortalecer los músculos, prevenir lesiones, mejorar el sistema cardiovascular, problemas de obesidad, etc.

Basándonos al proyecto de investigación de (Fornés, 2016) titulada “*fútbol base y promoción de valores educativos y hábitos saludables*” en la que se menciona que el fútbol base es un deporte que puede traer consigo una gran cantidad de beneficios, no solo en el ámbito educativo sino también en lo saludable, realizar la práctica de fútbol mejora el estado de forma de los escolares y a su vez una serie de mejoras en lo que

son las habilidades motrices básicas en edades tempranas. (p. 18), además en el trabajo se ha reflejado varias recomendaciones en las que se logra determinar que el fútbol base ayuda a promover valores que son esenciales en el desarrollo educativo de los niños.

Tenemos la investigación de (Ramos, 2011) titulado “*el fútbol y su desarrollo motriz de niños*” indica que: “es necesario emprender con gran entusiasmo la práctica deportiva (en este caso la práctica del fútbol) para mejorar su estado emocional y que aprendan a tener una conducta más sociable ante lo que el ambiente social les pueda ofrecer”. (p. 46); la conclusión de dicha investigación trae diversos datos importantes para tener en cuenta, uno de ellos nos dice que la práctica deportiva del fútbol mejora el estado emocional de los alumnos, es decir al practicar fútbol los niños no solo mejorarán sus habilidades motrices básicas sino también están mejorando sus estados de ánimo.

Por otro lado, un claro ejemplo relacionado a nuestro tema de investigación planteado es la investigación realizada por (Caguana, 2021) con el tema “*El Fútbol Base Y Las Capacidades Coordinativas*”, en esta investigación se aborda partes relevantes e importantes como es la medición de las capacidades coordinativas mediante un pretest, posteriormente se plantea un sistema de ejercicios de fútbol base para mejorar las capacidades coordinativas y finalmente se realiza un post-test con el fin de notar la diferencia entre el pre y post test que se realizó. La investigación es muy parecida debido a la elaboración y ejecución del pre y post test para mejorar las habilidades motrices básicas mediante el fútbol base.

Finalmente las investigaciones relacionadas con nuestro tema propuesto es el realizado por (Santos, 2021) con el tema de “*actividades recreativas en las habilidades motrices de los estudiantes*”, manifiesta que una vez realizada la investigación logró identificar que la mayoría, incluso todas las habilidades motrices que posee el niño como caminar, correr, saltar, desplazarse, lanzar, receptar se las debe desarrollar desde edades tempranas con el fin de que a una edad madura no tenga dificultades para la realización de algún deporte o actividad física de la vida cotidiana, en la misma investigación se refleja que mediante actividades recreativas se mejoran las habilidades motrices básicas es por ello que en la presente investigación se buscará el

mejoramiento de las habilidades motrices básicas con la práctica del fútbol base en los escolares de básica general media.

- **Justificación**

Existen un alto grado de **importancia** en la investigación debido a que al momento de practicar este deporte no solo estamos realizando actividad física sino también estamos teniendo una vida más saludable, ahora bien, la propuesta planteada busca ejercicios relacionados con el fútbol base para mejorar el desarrollo habilidades motrices básicas en niños/as.

El programa de fútbol base tiene un alto nivel de **interés** para que los niños practiquen este deporte desde tempranas edades debido a las clases lúdicas y dinámicas que se realizarán al momento de ejecutarlos, cabe destacar que no solo se beneficiarían las habilidades motrices básicas en los niños sino otras como la condición física, capacidades físicas, etc.

El **impacto** que trae la investigación va dentro de lo educativo y deportivo, debido al alto grado de trascendencia que estos tienen, al momento de practicar fútbol base desarrollamos las habilidades motrices básicas y a su vez mejoramos su desarrollo motriz y también estamos mejorando su funcionamiento en las técnicas - tácticas esenciales para su futuro en el deporte.

Los **beneficiarios** de la presente investigación son los escolares de sextos grado de la Unidad Educativa 17 de abril gracias a que con la ayuda del programa de ejercicios de fútbol base ellos pueden mejorar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en las clases de Educación Física.

La **factibilidad** del programa de ejercicios de fútbol base se da por la aprobación de las autoridades y por el apoyo para poder desarrollar las actividades adecuadas con los niños de la Unidad Educativa proporcionando así una mejora en el desarrollo de habilidades motrices básicas.

- **Objetivos**

Objetivo General

- Elaborar un programa de ejercicios de fútbol base para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en escolares de sexto año de Educación General Básica Media de la Unidad Educativa 17 de abril.

Objetivos Específicos

- Presentar una guía de ejercicios de fútbol base relacionados al desarrollo de las habilidades motrices básicas.
- Estimular el desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante un programa de ejercicios en la práctica de fútbol base.
- Desarrollar las habilidades motrices básicas a través de un programa de ejercicios de fútbol base
- **Fundamentación**

El programa de ejercicios de fútbol base tiene como objetivo mejorar el estilo de vida de los niños/as debido a que se encuentran en una edad de desarrollo y también permitiendo que en el futuro puedan tener un mejor desempeño deportivo, es por ello que las planificaciones del programa de ejercicios de fútbol base son actividades que buscan la inclusión de todos basándose en los enfoques educativos, recreativos y formativos.

Es importante aplicar sesiones de fútbol base mejorando el desarrollo de las habilidades motrices básicas por etapas, es decir, se trabajará unos ejercicios de fútbol base que ayuden a mejorar las habilidades de manipulación, otros para mejorar las habilidades de locomoción y otros ejercicios para mejorar las habilidades de estabilidad.

Las sesiones del programa de ejercicios de fútbol base para mejorar las habilidades motrices básicas consta de las siguientes partes:

Parte Inicial: conocido como calentamiento, es la primera parte de una sesión o clase, la duración será de 10 minutos en los cuales se realizarán movimientos de baja a alta intensidad (ejercicios de activación), movimientos articulares, seguido del calentamiento general y finalmente se realizará el estiramiento muscular.

Parte Principal: es la parte en la cual se desarrollan los ejercicios que tienen realce en las planificaciones, en este caso se trabajarán ejercicios para mejorar las habilidades de locomoción (caminar, correr con el balón, etc.), las habilidades de manipulación (ejercicios combinados patear – atrapar el balón, etc.) y las habilidades de estabilidad (mantener el balón en el pie derecho-izquierdo, etc.).

Parte Final: es la parte en la que los escolares vuelven a la calma con la ayuda de ejercicios de menor intensidad, también se realiza ejercicios de enfriamiento del cuerpo y estiramiento de los músculos para así evitar lesiones y facilitar la recuperación del cuerpo posterior a la práctica de los ejercicios. En esta parte también se realiza una retroalimentación de lo aprendido y en caso de que haya que corregir alguna ejecución es aquí en donde se las corrige.

- **Metodología**

Luego de haber realizado una búsqueda en libros e internet se puede determinar que el programa de ejercicios de fútbol base son efectivos y fue realizado con el fin de mejorar y potenciar las habilidades motrices básicas en los escolares en un ámbito de armonía y de inclusión; gracias a ellos los escolares serán más participativos y tendrán un mayor interés por aprender cosas nuevas. El tiempo en el cual se ejecutó el programa de ejercicios de fútbol base fueron 6 sesiones en las cuales se trabajó 2 sesiones en habilidades de locomoción, 3 sesiones en habilidades de manipulación y 1 sesión para trabajar en las habilidades de estabilidad.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PROGRAMA DE EJERCICIOS DE FÚTBOL BASE				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Erik Torres	Unidad Educativa: "17 de Abril" Grado: Sexto "A" Hora: 08:30 – 09:10		Clase: N.º 01 Fecha: 03/12/2021
Tema: Habilidades Motrices de Locomoción				
Objetivos: Desarrollar ejercicios físicos para el mejoramiento de las habilidades motrices de locomoción.		Metodología: Ejecución de clase práctica en la que el docente es quien orienta, enseña y motiva al aprendizaje de los niños mediante ejercicios dinámicos y no monótonos.		Materiales: Silbato, conos platos, balones de fútbol.
Partes de la Clase	Actividad	Descripción	Recursos	Tiempo
Fase Inicial	Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Movilidad articular: del cuello (movimiento del cuello derecha-izquierda), hombros (hacia adelante-atrás), codos(flexión-extensión), muñecas (circunducción), cadera (adelante-atrás, izquierda-derecha), tobillo (flexión de rodillas, semiflexión de rodilla adelante-atrás). *Calentamiento General: (trote hacia adelante, elevando rodillas, talones atrás, tijera al frente, trote suave y vuelta a la calma). - Estiramiento Muscular: (separamos piernas a la altura de hombros, flexionamos cadera hacia adelante-atrás, flexionamos cadera y con los brazos topamos el tobillo derecho-izquierdo, elevamos la rodilla hacia el pecho y nos sujetamos con las manos) <p>Se alternan los ejercicios, son realizados en ida y vuelta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha Múltiple - Silbato 	10 minutos
Fase Principal	Ejercicios habilidades de locomoción	<ul style="list-style-type: none"> - Desplazamientos laterales sobre platos - Desplazamientos en <u>zig-zag</u> - Desplazamientos en línea recta con velocidad y patear el balón.] - Saltos de adelante hacia atrás sobre una línea. - Saltos con los pies juntos a la derecha-izquierda. <ul style="list-style-type: none"> - <u>Skipping</u> con balón - Saltos con pie derecho – izquierdo – pase con borde interno, externo, empeine. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha Múltiple - Silbato - Conos - Platos - Balones de Fútbol 	25 minutos
Fase Final	Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> - Separar las piernas a la altura de los hombros y flexionar cadera hacia adelante, atrás, derecha e izquierda. - Pie derecho cruzado por en frente del izquierdo, flexionamos cadera y nos topamos los tobillos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Canchas Múltiple - Silbato 	5 minutos
RETROALIMENTACIÓN: se estimuló el trabajo de ejercicios de desplazamientos ya saltos con la ayuda de los conos y platos.				

Tabla 13 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #1
Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE PROGRAMA DE EJERCICIOS DE FÚTBOL BASE				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Erik Torres	Unidad Educativa: "17 de Abril"		Clase: N.º 02
		Grado: Sexto "A"	Hora: 08:30 – 09:10	Fecha: 06/12/2021
Tema: Habilidades Motrices de Locomoción				
Objetivos: Desarrollar ejercicios físicos para el mejoramiento de las habilidades motrices de locomoción.		Metodología: Ejecución de clase práctica en la que el docente es quien orienta, enseña y motiva al aprendizaje de los niños mediante ejercicios dinámicos y no monótonos.		Materiales: Silbato, conos, platos, balones de fútbol.
Partes de la Clase	Actividad	Descripción	Recursos	Tiempo
Fase Inicial	Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Movilidad articular: del cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, tobillo, etc. *Calentamiento General: (trote hacia adelante, elevando rodillas, talones atrás, tijera al frente, trote suave y vuelta a la calma, salto con movimiento de cadera). - Estiramiento Muscular: (separamos piernas a la altura de hombros, flexionamos cadera hacia adelante-atrás, flexionamos cadera y con los brazos topamos el tobillo derecho-izquierda) Se alternan los ejercicios, son realizados en ida y vuelta.	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha Múltiple - Silbato 	10 minutos
Fase Principal	Ejercicios habilidades de locomoción	<ul style="list-style-type: none"> - Caminata con borde interno y externo con el balón. <li style="padding-left: 20px;">- Trote con el balón. - Conducción del balón con la planta del pie. - Golpe con pie derecho – izquierdo con el balón con borde interno – externo - Ejercicios combinados: caminata – golpe con balón, Trote – golpe con el balón, correr – golpe con el balón. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha Múltiple - Silbato - Conos - Platos - Balones de Fútbol 	25 minutos
Fase Final	Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> - Punta de pies con avance <li style="padding-left: 20px;">- Tibia y talón - Talón al glúteo con punta de pie - Pata de burro con punta de pie - Estiramiento de codo con punta de pie <li style="padding-left: 20px;">- Flexión rodilla al pecho 	<ul style="list-style-type: none"> - Canchas Múltiple - Silbato 	5 minutos
RETROALIMENTACIÓN: se debe trabajar los ejercicios propuestos de manera consecutiva para el mejoramiento de todas las habilidades motrices, sin embargo, con estos ejercicios estamos haciendo enfoque en las habilidades motrices de locomoción.				

Tabla 14 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #2

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PROGRAMA DE EJERCICIOS DE FÚTBOL BASE				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Erik Torres	Unidad Educativa: "17 de Abril"		Clase: N.º 03
		Grado: Sexto "A"	Hora: 08:30 – 09:10	Fecha: 08/12/2021
Tema: Habilidades Motrices de Manipulación				
Objetivos: Desarrollar ejercicios físicos para el mejoramiento de las habilidades motrices de manipulación.		Metodología: Ejecución de clase práctica en la que el docente es quien orienta, enseña y motiva al aprendizaje de los niños mediante ejercicios dinámicos y no monótonos.		Materiales: Silbato, conos platos, balones de fútbol.
Partes de la Clase	Actividad	Descripción	Recursos	Tiempo
Fase Inicial	Calentamiento	- Movimiento del cuello derecha-izquierda Hombros hacia adelante-atrás Codos flexión-extensión Cadera adelante-atrás, izquierda-derecha Flexión de rodillas adelante-atrás. Trote hacia adelante Separamos piernas a la altura de hombros Flexionamos cadera hacia adelante-atrás Se alternan los ejercicios, son realizados en ida y vuelta.	- Cancha Múltiple - Silbato	10 minutos
Fase Principal	Ejercicios habilidades de manipulación	- Patear y parar (los niños patean el balón con su pie dominante luego ellos correrán y deberán atraparla con las dos manos y una mano como si fueran porteros) - Bota la mi pelota (los escolares deberán botear la pelota con las dos manos, mano derecha-izquierda bastantes veces al suelo luego al escuchar el silbato levantarán una pierna y pase la pelota por debajo, sin dejar de botar con la misma mano. - La trenza (ejercicios en grupo de 3, se pasarán el balón formando una trenza hasta la señal dada, luego patearán el balón con pie derecho, izquierdo.	- Cancha Múltiple - Silbato - Conos - Platos - Balones de Fútbol	25 minutos
Fase Final	Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación	- Separar las piernas a la altura de los hombros y flexionar cadera hacia adelante, atrás, derecha e izquierda. - Pie derecho cruzado por en frente del izquierdo, flexionamos cadera y nos topamos los tobillos.	- Canchas Múltiple - Silbato	5 minutos
RETROALIMENTACIÓN: se realizarán ejercicios para fortalecer el pie y mano no dominante.				

Tabla 15 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #3

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PROGRAMA DE EJERCICIOS DE FÚTBOL BASE				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Erik Torres	Unidad Educativa: "17 de Abril" Grado: Sexto "A" Hora: 08:30 – 09:10		Clase: N.º 04 Fecha: 10/12/2021
Tema: Habilidades Motrices de Manipulación				
Objetivos: Desarrollar ejercicios físicos para el mejoramiento de las habilidades motrices de manipulación.		Metodología: Ejecución de clase práctica en la que el docente es quien orienta, enseña y motiva al aprendizaje de los niños mediante ejercicios dinámicos y no monótonos.		Materiales: Silbato, conos platos, balones de fútbol.
Partes de la Clase	Actividad	Descripción	Recursos	Tiempo
Fase Inicial	Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Movilidad articular: del cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, tobillo, etc. *Calentamiento General: (trote hacia adelante, elevando rodillas, talones atrás, tijera al frente, trote suave y vuelta a la calma). - Estiramiento Muscular: (separamos piernas a la altura de hombros, flexionamos cadera hacia adelante-atrás, flexionamos cadera y con los brazos topamos el tobillo derecho-izquierdo, elevamos la rodilla hacia el pecho y nos sujetamos con las manos) 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha - Múltiple - Silbato 	10 minutos
Fase Principal	Ejercicios habilidades de manipulación	<ul style="list-style-type: none"> - En parejas pase con borde interno, externo y empeine con pie derecho. - En parejas pase con borde interno, externo y empeine con pie izquierdo. - Golpe con pie derecho – izquierdo con el balón con borde interno – externo – empeine hacia la pared. - Conducción del balón en zigzag con cambio de frente. - Recepción de pases cortos, largos con pie derecho y pie izquierdo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha - Múltiple - Silbato - Conos - Balones de Fútbol 	25 minutos
Fase Final	Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> - Punta de pies con avance - Tibia y talón - Talón al glúteo con punta de pie - Pata de burro con punta de pie - Estiramiento de codo con punta de pie - Flexión rodilla al pecho 	<ul style="list-style-type: none"> - Canchas - Múltiple - Silbato 	5 minutos
RETROALIMENTACIÓN: se debe trabajar los ejercicios propuestos de manera consecutiva para el mejoramiento de las habilidades de manipulación, especialmente los ejercicios con los pies.				

Tabla 16 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #4

Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PROGRAMA DE EJERCICIOS DE FÚTBOL BASE				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Erik Torres	Unidad Educativa: "17 de Abril"		Clase: N.º 05
		Grado: Sexto "A"	Hora: 08:30 – 09:10	Fecha: 13/12/2021
Tema: Habilidades Motrices de Manipulación				
Objetivos: Desarrollar ejercicios físicos para el mejoramiento de las habilidades motrices de locomoción.		Metodología: Ejecución de clase práctica en la que el docente es quien orienta, enseña y motiva al aprendizaje de los niños mediante ejercicios dinámicos y no monótonos.		Materiales: Silbato, conos, platos, balones de fútbol.
Partes de la Clase	Actividad	Descripción	Recursos	Tiempo
Fase Inicial	Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Trote con balón por las líneas de la cancha. - Pases cortos contra la pared. - Rondos en grupos de 5 escolares - Estiramiento muscular entre compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha - Múltiple - Silbato 	10 minutos
Fase Principal	Ejercicios habilidades de locomoción	<ul style="list-style-type: none"> - Pase y recepción con pie derecho – izquierdo. - Conservación – prensado (3 equipos de 4 jugadores, deberán dar pases y recibir el pase solo con pie derecho luego con el izquierdo y finalmente patear con pie derecho y recibir con pie izquierdo y viceversa) - Patear en dirección al arco con pie derecho y izquierdo con borde interno, externo y empeine. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha - Múltiple - Silbato - Conos - Platos - Balones de Fútbol 	25 minutos
Fase Final	Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> - Separar las piernas a la altura de los hombros y flexionar cadera hacia adelante, atrás, derecha e izquierda. - Pie derecho cruzado por en frente del izquierdo, flexionamos cadera y nos topamos los tobillos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Canchas - Múltiple - Silbato 	5 minutos
RETROALIMENTACIÓN: Fortalecer su pie dominante y mejorar el pie no dominante con ejercicios adicionales.				

Tabla 17 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #5
Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PROGRAMA DE EJERCICIOS DE FÚTBOL BASE				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Erik Torres	Unidad Educativa: "17 de Abril"		Clase: N.º 06
		Grado: Sexto "A"	Hora: 08:30 – 09:10	Fecha: 15/12/2021
Tema: Habilidades Motrices de Estabilidad				
Objetivos: Desarrollar ejercicios físicos para el mejoramiento de las habilidades motrices de estabilidad.		Metodología: Ejecución de clase práctica en la que el docente es quien orienta, enseña y motiva al aprendizaje de los niños mediante ejercicios dinámicos y no monótonos.		Materiales: Silbato, conos, platos, balones de fútbol.
Partes de la Clase	Actividad	Descripción	Recursos	Tiempo
Fase Inicial	Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Movilidad articular: del cuello (movimiento del cuello derecha-izquierda), hombros (hacia adelante-atrás), codos(flexión-extensión), muñecas (circunducción), cadera (adelante-atrás, izquierda-derecha), tobillo (flexión de rodillas, semiflexión de rodilla adelante-atrás). - *Calentamiento General: (trote hacia adelante, elevando rodillas, talones atrás, tijera al frente, trote suave y vuelta a la calma). - Estiramiento Muscular: (separamos piernas a la altura de hombros, flexionamos cadera hacia adelante-atrás, flexionamos cadera y con los brazos topamos el tobillo derecho-izquierdo, elevamos la rodilla hacia el pecho y nos sujetamos con las manos) <p>Se alternan los ejercicios, son realizados en ida y vuelta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha - Múltiple - Silbato 	10 minutos
Fase Principal	Ejercicios habilidades de estabilidad	<ul style="list-style-type: none"> - Equilibrio en un solo pie estirando las manos tendrá el balón en sus manos y así mantener el equilibrio. - Se parará en un solo pie y mantendrá el balón en el otro pie que está flexionado hacia arriba. - Ejercicios combinados - circuitos (patear y tratar de hacer un gol con pie derecho – izquierdo luego cogerá el balón, se parará en un solo pie y lanzará con dirección a encestar un aro). 	<ul style="list-style-type: none"> - Cancha - Múltiple - Silbato - Conos - Platos - Balones de Fútbol 	25 minutos
Fase Final	Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> - Separar las piernas a la altura de los hombros y flexionar cadera hacia adelante, atrás, derecha e izquierda. - Pie derecho cruzado por en frente del izquierdo, flexionamos cadera y nos topamos los tobillos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Canchas - Múltiple - Silbato 	5 minutos
RETROALIMENTACIÓN: se debe trabajar los ejercicios propuestos de manera consecutiva para el mejoramiento de todas las habilidades motrices, sin embargo, con estos ejercicios estamos haciendo enfoque en las habilidades motrices de estabilidad.				

Tabla 18 Programa De Ejercicios De Fútbol Base #6
Elaborado por: Torres Guerrero Erik Alberto

- **Plan de Acción**

El programa de ejercicios de fútbol base fue dirigido, guiado y supervisado por el autor del presente trabajo investigativo y tuvo apoyo del docente de Educación Física de sexto grado de educación general básica media. Las intervenciones se realizaron presencialmente con los escolares de sexto grado debido a que ellos fueron quienes se encontraron en clases presenciales.

Para el desarrollo de los ejercicios se utilizaron materiales que se encontraron en la institución como conos, balones, platos, etc., para dar señales de inicio, cambio de ejercicio, finalización el autor se ayudó del silbato y para cuantificar el tiempo se lo realizó con la ayuda del cronometro.

- **Administración**

Gracias a la obtención de los permisos necesarios por parte del señor rector de la Unidad Educativa “17 de Abril” y gracias a la predisposición del docente tutor, padres de familia y sobre todo gracias a los escolares para que se puedan realizar las diferentes actividades semanales con la finalidad de mejorar el proceso de enseñanza – aprendizaje de las habilidades motrices básicas.

- **Previsión de la Evaluación**

Para determinar el estado inicial y final del nivel de las habilidades motrices básicas se desarrolló la evaluación mediante una batería de habilidades motrices básicas, con el cual se realizó un pre-test y post-test, el tiempo de duración de cada proceso fue de dos días cada uno. El pre-test fue realizado el 01 de diciembre del 2021 y el post test fue realizado el 23 de diciembre en el cual se observó un mejoramiento en el nivel de las habilidades motrices básicas; al terminar la recolección del post test, los datos fueron llevados a una matriz de Excel para posteriormente trabajarlos en el programa SPSS.

Anexo 2

Batería de Habilidades Motrices Básicas

Tipo de habilidad motriz	Habilidad-indicador	Descripción	Ítems a tener en cuenta	Valoración 0 – no lo hace 1 – lo hace
LOCOMOCIÓN	Marcha	Cuando el evaluador de la indicación, el niño deberá caminar libremente (desplazarse hacia adelante caminando con calzado), tocar el cono que se encuentra al frente y devolverse hasta el cono de inicio también caminando hacia adelante (distancia entre conos: 9 metros).	*Balanceo libre de los brazos en el plano sagital y en oposición a las piernas	0 - 1
			*La posición del tronco es erguida	0 - 1
			*Transfiere el peso de talón a punta	0 - 1
			*Existe fase de doble apoyo (en un momento del desplazamiento ambos pies tocan el piso)	0 - 1
			*Los pies siguen una línea en dirección al cono	0 - 1
			TOTAL MARCHA	0 - 5
	Correr	Cuando el evaluador de la indicación, el niño deberá desplazarse hacia adelante corriendo (estando calzado), tocar el cono que se encuentra al frente y devolverse hasta el cono de inicio (distancia entre conos: 18 metros).	*Los brazos se mueven (adelante - atrás) describiendo un arco desde los hombros y están flexionados aproximadamente 90° y en oposición a las piernas	0 - 1
			*El tronco está levemente inclinado hacia adelante	0 - 1
			*La pierna de apoyo se flexiona en un movimiento de amortiguación, se acorta el tiempo de apoyo y se produce una mayor propulsión	0 - 1
			*La pierna que retorna es más flexionada y el pie se aproxima a los glúteos	0 - 1
			*Breve periodo en el que ambos pies no tocan el suelo (fase de vuelo)	0 - 1

MANIPULACIÓN			TOTAL CORRER	0 - 5
	Salto horizontal	Detrás de una línea demarcada en el piso, el niño estará ubicado con los pies separados a la anchura de los hombros, y a la indicación saltará hacia adelante sobrepasándola.	*Genera impulso flexionando las rodillas y llevando al mismo tiempo los brazos hacia atrás	0 - 1
			*Extiende las rodillas (ambos pies) y lleva al mismo tiempo los brazos hacia adelante	0 - 1
			* Existe una fase de vuelo, en la cual el niño o la niña se desplaza hacia adelante	0 - 1
			*Despega y cae apoyando ambas piernas simultáneamente y amortigua flexionando las rodillas	0 - 1
			*Logra mantener el equilibrio cuando aterriza	0 - 1
			TOTAL SALTO HORIZONTAL	0 - 5
			Salto en pie derecho	Atrás de una marca en el piso, el niño deberá desplazarse hacia adelante realizando tres saltos con el pie derecho (pata sola)
	*La posición del tronco está levemente inclinado hacia adelante	0 - 1		
	*La pierna que no se apoya se balancea hacia delante en forma pendular	0 - 1		
	*Logra mantener el equilibrio cuando aterriza	0 - 1		
	*Despega y aterriza tres veces consecutivas en el pie derecho	0 - 1		
	TOTAL SALTO EN PIE DERECHO	0 - 5		
	Salto en pie izquierdo	Atrás de una marca en el piso, el niño deberá desplazarse hacia adelante realizando tres saltos con el pie izquierdo (pata sola)	*Los brazos se flexionan y se desplazan hacia delante para producir estabilidad	0 - 1
			*La posición del tronco está levemente inclinado hacia adelante	0 - 1
			*La pierna que no se apoya se balancea hacia delante en forma pendular	0 - 1
			*Logra mantener el equilibrio cuando aterriza	0 - 1

			*Despega y aterriza tres veces consecutivas en el pie izquierdo	0 - 1
			TOTAL SALTO EN PIE IZQUIERDO	0 - 5
TOTAL LOCOMOCIÓN				0 - 25
MANIPULACIÓN	Lanzamiento con las dos manos	El niño con los pies a la anchura de los hombros debe situarse a cinco metros de un aro (o punto de referencia), que deberá estar ubicado a una altura de un metro y medio en relación con el piso. Este deberá lanzar con ambas manos sobre el nivel de sus hombros y por encima de su cabeza, una pelota de plástico e intentar golpear o darle al centro del aro.	*El lanzamiento se realiza por encima de la cabeza	0 - 1
			*Hay transferencia de movimiento desde los pies hacia el tronco	0 - 1
			*Adelanta una pierna en relación a la otra cuando inicia el gesto	0 - 1
			*Existe control de la pelota	0 - 1
			*La pelota avanza hacia el frente (aro o punto de referencia)	0 - 1
			TOTAL LANZAMIENTO CON LAS DOS MANOS	0 - 5
	Lanzamiento con la mano derecha	El niño debe situarse con ambos pies a la anchura de los hombros a cinco metros de un aro (o punto de referencia), que deberá estar ubicado a una altura de un metro y medio en relación con el piso. El niño deberá lanzar con la mano derecha una pelota de tenis hacia adelante, a nivel de sus hombros y	*Extensión total del brazo en el momento de soltar la pelota.	0 - 1
			*Rotación del tronco hacia la derecha.	0 - 1
			*Tiene la pierna izquierda adelantada	0 - 1
			*Existe control de la pelota	0 - 1
			*La pelota avanza hacia el frente (aro o punto de referencia)	0 - 1
			TOTAL LANZAMIENTO CON LA MANO DERECHA	0 - 5

MANIPULACIÓN

	por encima de su cabeza.		
Lanzamiento con la mano izquierda	El niño debe situarse con ambos pies a la anchura de los hombros a cinco metros de un aro (o punto de referencia), que deberá estar ubicado a una altura de un metro y medio en relación con el piso. El niño deberá lanzar con la mano izquierda una pelota de tenis hacia adelante, a nivel de sus hombros y por encima de su cabeza.	*Extensión total del brazo en el momento de soltar la pelota.	0 - 1
		*Rotación del tronco hacia la izquierda.	0 - 1
		*Tiene la pierna derecha adelantada	0 - 1
		*Existe control de la pelota	0 - 1
		*La pelota avanza hacia el frente (aro o punto de referencia)	0 - 1
		TOTAL LANZAMIENTO CON LA MANO IZQUIERDA	0 - 5
Atrapar con las dos manos	El evaluador ubicado a 3 metros de distancia le lanzará al niño una pelota de plástico con sus dos manos y por debajo de la cadera (en cucharita) y este deberá atraparla con las dos manos.	*Seguimiento visual de la pelota desde el inicio hasta el final de la trayectoria	0 - 1
		*Brazos flexionados y relajados en actitud de espera	0 - 1
		*Las manos adoptan forma de recipiente con pulgares y meñiques en oposición	0 - 1
		*Los dos brazos tratan de absorber la fuerza de la pelota	0 - 1
		*Mantiene la pelota en sus dos brazos	0 - 1
		TOTAL ATRAPAR CON LAS DOS MANOS	0 - 5
	Se ubica una pelota y a una distancia de 5 metros a un punto determinado (puede ser un arco o conos). El niño se ubica a un paso de la pelota y cuando el	*El brazo izquierdo acompaña el gesto (péndulo desde el hombro)	0 - 1
		*Participación coordinada del tronco, se flexiona levemente	0 - 1
		*Movimiento con toda la pierna derecha, partiendo de la cadera (movimiento pendular)	0 - 1

	Patear con pie derecho	evaluator de la orden el niño debe patear la pelota con el pie derecho hacia el punto determinado (puede usar cualquier superficie de contacto del pie: borde interno, borde externo, punta o empeine).	*La pierna que ejecuta la acción (derecha) retorna al punto de partida	0 - 1
			*Golpea la pelota y esta avanza hacia el frente (arco o punto de referencia)	0 - 1
			TOTAL PATEAR CON PIE DERECHO	0 - 5
	Patear con pie izquierdo	Se ubica una pelota y a una distancia de 5 metros a un punto determinado (puede ser un arco o conos). El niño se ubica a un paso de la pelota y cuando el evaluator de la orden, el niño debe patear la pelota con el pie izquierdo hacia el punto determinado (puede usar cualquier superficie de contacto del pie: borde interno, borde externo, punta o empeine).	*El brazo derecho acompaña el gesto (péndulo desde el hombro)	0 - 1
			*Participación coordinada del tronco, se flexiona levemente	0 - 1
			*Movimiento con toda la pierna izquierda, partiendo de la cadera (movimiento pendular)	0 - 1
			*La pierna que ejecuta la acción (izquierda) retorna al punto de partida	0 - 1
			*Golpea la pelota y esta avanza hacia el frente (arco o punto de referencia)	0 - 1
			TOTAL PATEAR CON PIE IZQUIERDO	0 - 5
	Recepción con el pie derecho	El evaluator ubicado a 3 metros de distancia le lanzará al niño una pelota de plástico con sus dos manos por el piso (de forma rastrera) y este deberá recepcionarla con su pie derecho (puede usar cualquier	*Seguimiento visual de la pelota desde el inicio hasta el final de la trayectoria	0 - 1
			*Controla la pelota con su pie derecho	0 - 1
			*Controla y mantiene el equilibrio mientras recibe	0 - 1
			*La pelota no rebota mas de 50 cm	0 - 1
TOTAL RECEPCIÓN CON EL PIE DERECHO			0 - 4	

		superficie de contacto del pie: borde interno, borde externo, punta o empeine).		
	Recepción con el pie izquierdo	El evaluador ubicado a 3 metros de distancia le lanzará al niño una pelota de plástico con sus dos manos por el piso (de forma rastrera) y este deberá recepcionarla con su pie izquierdo (puede usar cualquier superficie de contacto del pie: borde interno, borde externo, punta o empeine).	*Seguimiento visual de la pelota desde el inicio hasta el final de la trayectoria	0 - 1
			*Controla la pelota con su pie izquierdo	0 - 1
			*Controla y mantiene el equilibrio mientras recibe	0 - 1
			*La pelota no rebota mas de 50 cm	0 - 1
			TOTAL RECEPCIÓN CON EL PIE IZQUIERDO	
TOTAL MANIPULACIÓN				0 - 38
ESTABILIDAD	Equilibrio dinámico	El niño se ubican sobre una línea de 5 cm de ancho por 9 m de largo y se le pide que camine sobre ésta línea hasta el final del recorrido.	*La mirada al frente	0 - 1
			*Mantiene una postura erguida	0 - 1
			*Los brazos se coordinan con los pies contrarios, se mueven de adelante hacia atrás sin elevarlos lateralmente.	0 - 1
			*En el desplazamiento no se inclina a los lados	0 - 1
			*Los pies se mantienen todo el tiempo en la línea de la trayectoria	0 - 1
			TOTAL EQUILIBRIO DINÁMICO	0 - 5
	Equilibrio estático en	Con la vista al frente, el niño deberá pararse descalzo sobre una colchoneta en el pie derecho, y con la otra pierna mantendrá la rodilla hacia el frente y	*Los brazos se encuentran relajados a los lados del cuerpo	0 - 1
			*Mantiene posición erguida evitando inclinar el cuerpo adelante – atrás.	0 - 1
*Mantiene posición erguida evitando inclinar el cuerpo de un lado hacia el otro (derecha – izquierda o viceversa).			0 - 1	

pie derecho	el talón orientado hacia atrás (duración 5 segundos).	*La pierna derecha se mantiene extendida	0 - 1
		*La pierna izquierda mantienen la rodilla delante del cuerpo (posición anterior) y el talón detrás del cuerpo (posición posterior) (Plano frontal)	0 - 1
		TOTAL EQUILIBRIO ESTÁTICO EN PIE DERECHO	0 - 5
Equilibrio estático en pie izquierdo	Con la vista al frente, el niño deberá pararse descalzo sobre una colchoneta en el pie izquierdo, y con la otra pierna mantendrá la rodilla hacia el frente y el talón orientado hacia atrás (duración 5 segundos).	*Los brazos se encuentran relajados a los lados del cuerpo	0 - 1
		*Mantiene posición erguida evitando inclinar el cuerpo adelante – atrás.	0 - 1
		*Mantiene posición erguida evitando inclinar el cuerpo de un lado hacia el otro (derecha – izquierda o viceversa).	0 - 1
		*La pierna izquierda se mantiene extendida	0 - 1
		*La pierna derecha mantienen la rodilla delante del cuerpo (posición anterior) y el talón detrás del cuerpo (posición posterior) (Plano frontal)	0 - 1
		TOTAL EQUILIBRIO ESTÁTICO EN PIE IZQUIERDO	0 - 5
TOTAL ESTABILIDAD-EQUILIBRIO			0 - 15
SUMATORIA TOTAL DE LAS HMB			78

Anexo 3

Aplicación Programa de Ejercicios de Fútbol Base







Linkografía:

- Baracco, N. (2011). *SitiesGoogle*. Obtenido de SitiesGoogle:
<https://sites.google.com/site/noelianona2011/motricidad-y-movimiento>
- Bartoll, O. C. (2014). Origen, evolución y actualidad del hecho deportivo. *Dialnet*, 27. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5476883>
- Caguana, A. (2021). EL FÚTBOL BASE Y LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS. *Repositorio U.T.A.* Obtenido de R:
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33325/1/EST.%20CAGUANA%20SARABIA%20VICTOR%20ANDRES%20TESIS%20FINAL.pdf>
- Conade. (2019). *Olimpiada Regional*. Obtenido de Olimpiada Regional:
<https://olimpiadaregional2019.conade.gob.mx/futbol.html#:~:text=El%20futbol%20es%20el%20deporte,atmosferas%20al%20nivel%20del%20mar.>
- Corrales, A. (2009). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *EmásF*, 27.
- Díaz, E. (2017). *EfDeportes*. Obtenido de EfDeportes:
<https://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>
- Díaz, P. (2011). *Repositorio UTA*. Obtenido de Repositorio UTA:
https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/3936/1/tp_2011_199.pdf
- Echeverri, J. (2012). Algunas consideraciones sobre los deportes de cooperación y oposición. *Viref*. Obtenido de file:///C:/Users/Erick/Downloads/15333-Texto%20del%20art%C3%ADculo-54425-2-10-20210424.pdf
- FIFA. (2019). *Grassroots*. Obtenido de
<https://escueladefutbolcoloradovasquez123469606.files.wordpress.com/2019/01/libro-fifa-grassroots-base-6-12-a%C3%91os.pdf>
- Fornés, L. (Junio de 2016). *Dspace*. Obtenido de Dspace:
<http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2774/1/Form%C3%A9s%20Mart%C3%ADnez%2C%20Luis.pdf>

- Gusqui, F. (2015). *Repositorio UTA*. Obtenido de Repositorio UTA:
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/17207/1/FRANKLIN%20GUSQUI.pdf>
- IFAB. (1 de Junio de 2020). *Reglas de Futbol 2019 - 2020*. Obtenido de Reglas de Futbol 2019 - 2020: <https://www.conmebol.com/es/las-nuevas-reglas-de-juego-de-ifab-que-rigen-desde-el-1-de-junio>
- JepSport. (2015). Categorías del futbol base segun las edades de los jugadores. *Sport Management*. Obtenido de <https://www.jepsportsmanagement.com/trabaja-con-nosotros/escuela-de-agentes-de-f%C3%BAAtbol/categor%C3%ADAs-del-f%C3%BAAtbol-base-seg%C3%BAAn-edades-de-los-jugadores/>
- Martínez, A. (14 de Abril de 2021). *Concepto Definición*. Obtenido de Concepto Definición: <https://conceptodefinicion.de/futbol/>
- Nuñez, P. (2012). *Repositorio UTA*. Obtenido de Repositorio UTA:
https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/4151/1/tp_2012_341.pdf
- Parlebas. (2021). Deportes Colectivos. *Juego y Deporte*. Obtenido de <https://www.juegoydeporte.com/deportes-colectivos/>
- Perez, V. (2013). *G-se*. Obtenido de G-se: <https://g-se.com/clasificacion-de-las-habilidades-motoras-ii-bp-H57cfb26d125a8>
- Ramos, L. (2011). Repositorio U.T.A. En L. Ramos, *EL FÚTBOL Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO MOTRIZ* (pág. 46). Ambato. Obtenido de Repositorio U.T.A:
https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/3967/1/Tcf_2011_132.pdf
- Santos, J. (2021). *Repositorio U.T.A*. Obtenido de Repositorio U.T.A:
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32995/1/T.%20FINAL%20SE%20OR%20SANTOS-signed-signed%20%281%29.pdf>