

GUÍA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES
MOTRICES BÁSICAS DE LOCOMOCIÓN EN LOS NIÑOS DE LA CATEGORÍA
INICIACIÓN DE LA ESCUELA DE FÚTBOL ASDI DEL MUNICIPIO DE
RIONEGRO

NATALIA ANDREA PINEDA GIRALDO

MAURICIO ESTRADA GUTIÉRREZ

CARLOS ANDRÉS GRISALES RAMÍREZ

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE ORIENTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
RIONEGRO

2019

GUÍA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES
MOTRICES BÁSICAS DE LOCOMOCIÓN EN LOS NIÑOS DE LA CATEGORÍA
INICIACIÓN DE LA ESCUELA DE FÚTBOL ASDI DEL MUNICIPIO DE
RIONEGRO

NATALIA ANDREA PINEDA GIRALDO

MAURICIO ESTRADA GUTIÉRREZ

CARLOS ANDRÉS GRISALES RAMÍREZ

Trabajo de grado

Juan Guillermo Castaño Ríos

Especialista en Educación Física: Entrenamiento Deportivo

Especialista en Educación Física y Deporte Infantil

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE ORIENTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
RIONEGRO

2019

Nota de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Rionegro 10 de julio del 2019

DEDICATORIA

A Dios

Por la oportunidad que nos dio de escoger esta hermosa carrera que nos ha inundado de inmensa sabiduría, reconocimiento y valores.

A nuestras familias

Porque siempre nos brindaron su apoyo incondicional durante este maravilloso proceso de formación como profesionales.

A nuestros maestros

Por ser nuestros guías y orientadores que aportaron su conocimiento para lograr nuestro desarrollo integral.

A nuestro asesor de tesis de grado Esp. Juan Guillermo Castaño Ríos

Por su acompañamiento y dedicación en todo el proceso de elaboración de este proyecto de grado, por ser incondicional y un modelo de maestro a seguir.

AGRADECIMIENTOS

Principalmente al Maestro Esp. Juan Guillermo Castaño Ríos por estar siempre pendiente de nuestro proceso de formación tanto profesional como personal, brindándonos su apoyo y conocimiento, y lo más importante, el conocimiento para la vida.

A los profesores que aportaron sus conocimientos para lograr que nuestros procesos formativos fueran integrales y humanos.

A la Escuela de Fútbol ASDI que nos abrió sus puertas de manera incondicional durante este proceso formativo permitiéndonos aprender y aportar a la sociedad.

CONTENIDO

1.	INTRODUCCIÓN	11
2.	ANTECEDENTES.....	12
3.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
4.	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	17
5.	JUSTIFICACIÓN	17
6.	OBJETIVOS	19
6.1	OBJETIVO GENERAL.....	19
6.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	19
7.	MARCO TEÓRICO	19
7.1	FUNDAMENTOS BÁSICOS EN EL DESARROLLO DEL INDIVIDUO19	
7.2	EL DESARROLLO DEL NIÑO DE 7 AÑOS EN LAS DIFERENTES ESFERAS DE FORMACIÓN	20
7.2.1	<i>Socio afectiva</i>	20
7.2.2	<i>Psicomotriz</i>	21
7.2.3	<i>Esquema corporal</i>	22
7.2.4	<i>Nociones espacio temporales</i>	22
7.2.5	<i>Coordinativa</i>	23
7.3	DESARROLLO INTEGRAL CON BASE EN CATEGORÍAS DE MOVIMIENTO	23
7.4	CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA.....	24
7.4.1	<i>Capacidades físicomotrices</i>	24
7.4.2	<i>Capacidades perceptivomotrices</i>	32
7.4.3	<i>Capacidades sociomotrices</i>	37
7.5	HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.....	37
7.5.1	<i>Los desplazamientos</i>	¡Error! Marcador no definido.
7.5.2	<i>Salto</i>	¡Error! Marcador no definido.
7.6	HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y ESPECÍFICAS ¡Error! Marcador no definido.	
7.6.1	<i>El aprendizaje y perfeccionamiento como proceso de desarrollo</i> ¡Error! Marcador no definido.	
7.6.2	<i>Clasificación de las habilidades básicas o fundamentales</i>	40
7.7	PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO	43

7.7.1 Principios biológicos.....	43
7.7.2 Principios pedagógicos	46
7.8 PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO INFANTIL (EFDEI).....	¡Error! Marcador no definido.
7.8.1 Principio de la ampliación del marco referencial;	¡Error! Marcador no definido.
7.8.2 Principio de la auto – eco – organización;	¡Error! Marcador no definido.
7.8.3 Principio de respeto por los aprendizajes previos;	¡Error! Marcador no definido.
7.8.4 Principio del aprendizaje significativo.	¡Error! Marcador no definido.
7.8.5 Principio de la pedagogía participante	¡Error! Marcador no definido.
7.8.6 Principio de conciencia y actividad	¡Error! Marcador no definido.
7.8.7 Principio intuitivo.....	¡Error! Marcador no definido.
7.8.8 Principio de accesibilidad e individualización;	¡Error! Marcador no definido.
7.8.9 Principio del fomento de la creatividad	¡Error! Marcador no definido.
7.8.10 Principio de socialización.....	¡Error! Marcador no definido.
7.8.11 Principio de la sistematización	¡Error! Marcador no definido.
7.8.12 Principio de adaptación a la edad y a la evolución;	¡Error! Marcador no definido.
7.9 ESTILOS DE ENSEÑANZA.....	56
7.9.1 Clasificación de los estilos de enseñanza.....	58
7.9.2 Tradicionales	58
7.9.3 Estilos participativos.....	58
7.9.4 Estilos de enseñanza que tienden a la individualidad.....	59
7.9.5 Los estilos de enseñanza cognitivos	60
7.10 ESTILOS DE ENSEÑANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA;	¡Error! Marcador no definido.
7.10.1 Mando directo	¡Error! Marcador no definido.
7.10.2 Asignación de tareas	¡Error! Marcador no definido.
7.10.3 Grupos por nivel.....	¡Error! Marcador no definido.
7.10.4 Enseñanza recíproca	¡Error! Marcador no definido.
7.10.5 Grupos reducidos	¡Error! Marcador no definido.
7.10.6 Micro enseñanza.....	¡Error! Marcador no definido.
7.10.7 Resolución de problemas.....	¡Error! Marcador no definido.

7.10.8 Descubrimiento guiado.....	<i>¡Error! Marcador no definido.</i>
7.10.9 Estrategias de aprendizaje.....	<i>¡Error! Marcador no definido.</i>
7.11 PROCESO DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO INFANTIL FASE INICIACIÓN.....	64
7.12 GUÍA METODOLÓGICA.....	65
7.13 ESCUELA DE FÚTBOL.....	65
7.13.1 Objetivos de las escuelas deportivas.....	66
7.13.2 Componentes básicos de la escuela deportiva.....	66
7.14 CATEGORÍAS EN EL FÚTBOL.....	67
7.14.1 Primer nivel (6 a 8 años).....	67
7.14.2 Segundo nivel (9 a 11 años).....	67
7.14.3 Tercer nivel (12 a 14 años).....	68
7.15 ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA EN COLOMBIA.....	68
8. MARCO CONTEXTUAL.....	69
9. MARCO LEGAL.....	71
9.1 CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA DE 1991 EN EL TÍTULO 1 "DE LOS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES".....	71
9.1.1 Artículo 1.....	71
9.1.2 Artículo 67.....	71
9.2 LEY 115 DE FEBRERO 8 DE 1994 (LEY GENERAL DE EDUCACIÓN).....	72
9.2.1 Artículo 46.....	72
9.3 RESOLUCIÓN 2565 DE OCTUBRE 24 DE 2003.....	72
9.4 LEY 181 DE ENERO DE 1965.....	72
9.4.1 Artículo 12.....	72
9.4.2 Artículo 24.....	72
9.4.3 Artículo 47.....	73
9.5 ESTÁNDARES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	73
9.5.1 Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices.....	73
9.5.2 Desarrollo de las capacidades físico motrices.....	74
9.5.3 Desarrollo de las capacidades socio motrices.....	74
9.6 LEY 115 DE 1994 DEL CONGRESO NACIONAL.....	75
9.6.1 Según la ley 115 del artículo 104.....	75
9.6.2 Artículo 109.....	76

9.6.3 Artículo 110	76
10. DISEÑO METODOLÓGICO.....	77
10.1 TIPO.....	77
10.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	78
10.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	78
10.4 DISEÑO DE LA GUÍA METODOLÓGICA	79
10.4.1 Descripción de la guía.....	79
10.4.2 Propósito de la guía	79
10.4.3 Metodología	79
10.4.4 Contenido.....	80
CARACTERIZACIÓN	¡Error! Marcador no definido.
11. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	82
11.2 DIAGNÓSTICO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	82
11.2.1 Test de velocidad 10 X 5.....	¡Error! Marcador no definido.
11.2.2 Test de salto alto.....	¡Error! Marcador no definido.
11.3 ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	¡Error! Marcador no definido.
12. CONCLUSIONES	89
13. BIBLIOGRAFÍA.....	90

LISTA DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Enfoques de la investigación científica.....	77
Ilustración 2: Resultados de test	¡Error! Marcador no definido.
Ilustración 3: IMC.....	¡Error! Marcador no definido.
Ilustración 4: Salto alto	¡Error! Marcador no definido.
Ilustración 5: Velocidad 10x5.....	¡Error! Marcador no definido.
Ilustración 6: formato de entrevista	83
Ilustración 7: HBM locomoción	83
Ilustración 8: HMB locomoción en el fútbol.....	85
Ilustración 9: HMB locomoción en clase	86
Ilustración 10: HMB locomoción métodos	87
Ilustración 11: HMB locomoción fortalecimiento.....	88

1. INTRODUCCIÓN

La presente investigación hace referencia al diseño de una guía metodológica para la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción en los niños de la categoría iniciación (siete años) de la Escuela de Fútbol Academia Senior De Informática (en adelante ASDI) del municipio de Rionegro. Esta guía metodológica, permitirá a educadores físicos, entrenadores y formadores deportivos contar con una herramienta que los oriente en los procesos formativos (enseñanza-aprendizaje) en las habilidades antes mencionadas.

2. ANTECEDENTES

Trigueros y Rivera (2010) en su trabajo “El fútbol y el juego predeportivo una medida para el desarrollo de las habilidades básicas motrices (carrera, salto)”. Presentan que el juego y deporte, actualmente se han ido descontextualizando especialmente desde el desarrollo de habilidades motrices, pues se afirma que se ha hecho un mal uso y aplicación del término juego donde el docente los manipula tanto que deja de tener el concepto de juego y no se tiene en cuenta que es a partir de estas actividades donde se desarrollan las bases de la motricidad, por lo tanto ofrece unas pautas para el diseño y planificación de juegos que permiten el desarrollo de habilidades motrices básicas. (STIVEN, MONTAÑEZ, NUÑEZ, & MONTERO, 2014, p. 24).

Este antecedente es de gran utilidad para nuestro trabajo ya que el diseño de la guía metodológica está sugerido con la realización de juegos, puesto que este es una herramienta pedagógica de gran utilidad.

Ramírez y Rodríguez (2011) plantearon una propuesta basada en el diseño de sesiones y actividades para el desarrollo de habilidades motrices a través de la práctica del fútbol; en este trabajo encontraron que la mayoría de escuelas deportivas enfatizan en la técnica sin tener en cuenta el desarrollo motriz de los niños de cada nivel de formación deportiva, por lo tanto la estrategia tiene como fin afianzar el desarrollo inicial de habilidades motrices que le permitan al niño resolver problemas del movimiento de forma inmediata. (STIVEN et al., 2014, p. 24).

Es de suma importancia tener en cuenta que primero se debe trabajar el desarrollo motriz del niño y luego otros aspectos del deporte como la parte técnica y táctica, esto se podrá evidenciar en el diseño de la guía metodológica.

Barrera Guerrero (2014) en su trabajo de grado diseñó una cartilla para el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas, correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la Institución Educativa Sochaquirá abajo, sede Guáquira-Guayatá, Boyacá. La cartilla consta de cuatro unidades en la primera se trabaja activación neuromuscular, en la segunda la habilidad de correr, en la tercera la habilidad de saltar y en la última la habilidad de lanzar. En las tres últimas unidades se trabajan los juegos tradicionales y algunos juegos didácticos teniendo en cuenta el contexto donde se mueve la población involucrada. (Tol, 2014, p. 6).

La cartilla de este trabajo ha sido un modelo para el diseño de una guía metodológica teniendo en cuenta aspectos fundamentales como el orden cronológico y la progresión de las temáticas.

Zapata Quiroz (2016) plantea una propuesta pedagógica que fortalezca las competencias motrices de los niños de siete a diez años donde por medio del fútbol se forme integralmente, afirmando que esto generará beneficios físicos, técnicos, cognitivos y sociales tanto para el niño como para su familia justificando que con una buena formación mejorarán su calidad de vida, se formarán ciudadanos competentes para la vida beneficiando en gran medida a la población en general. Esta investigación propone llevar procesos organizados y planeados que favorezcan la formación integral del ser, aportando para la construcción de tejido social en la comunidad.

Por lo cual concluye que las escuelas y los clubes deportivos son excelentes estrategias de promoción de la actividad física a temprana edad, por lo tanto, dentro de estos procesos deben existir planes orientados a la formación e iniciación, no pensando en forma deportistas de alto rendimiento a temprana edad, sino en aportar para tener personas físicamente saludables, con un buen desarrollo en sus capacidades físicas.

Esto proyecto evidencia la importancia del desarrollo motriz en las edades tempranas y lo fundamental que es llevar procesos planeados y organizados para una buena formación, por lo cual es un claro ejemplo para este trabajo de investigación.

Ossa Carvajal y Soto Ramírez (2017) en su tesis de grado diseñaron una guía metodológica para fortalecer los procesos de enseñanza y desarrollo motriz de los niños y niñas en el grado 1° del Instituto Regional Coredi del municipio Marinilla desde el área de Educación Física, Recreación y Deportes. (Paola & Carvajal, 2017, p. 12)

Crearon una guía metodológica con el fin de proporcionarle al docente un trabajo organizado y planificado ya que la institución no contaba con esta y vieron la necesidad de su implementación.

En dicha investigación se concluye que los niños del grado primero del Instituto Regional Coredi del municipio de Marinilla no tienen el desarrollo motriz esperado para su edad de acuerdo a las orientaciones que ofrece el Ministerio de Educación Nacional (MEN), esto se debe a que no se proporcionan los espacios pertinentes para que se implementen actividades encaminadas al mejoramiento de dichas competencias. (Paola & Carvajal, 2017, p. 63).

Esta investigación es un claro ejemplo de la importancia de la organización de los procesos de planificación para el desarrollo motriz de los niños, en nuestro caso la Escuela de Fútbol ASDI no cuenta con una guía metodológica para la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción.

3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Existen diversas posturas acerca del concepto de las habilidades motrices básicas de locomoción, a continuación, se mencionan algunas:

El profesor Luis Armando Muñoz en su libro *“Desarrollo motor y educación física infantil”* plantea que: “los patrones de movimiento son series organizadas en una secuencia particular espacio tiempo. Cuando se toma como patrón fundamental el movimiento, se refiere al nivel observable del rendimiento de los movimientos básicos de locomoción, manipulación y equilibrio. Define como habilidades básicas a las actividades motoras comunes con una meta general que son base para movimientos más avanzados y específicos”. (Luis Armando Muñoz, 1990)

Por esto se hace necesario que en la Escuela de Fútbol ASDI se implemente una guía metodológica para la mejora de dichas habilidades ya que los patrones de movimiento son el núcleo de trabajo y son el enfoque dentro de los procesos de enseñanza-aprendizaje de las habilidades motrices básicas de locomoción.

Según el libro *Evaluación de las habilidades motrices básicas* (Emilia Fernández García) las habilidades motoras básicas han sido agrupadas a lo largo del tiempo con criterios diversos

según diferentes autores, tal como en forma resumida se va exponer a continuación (Ruiz Pérez 1987) plantea que las habilidades motrices básicas y destrezas motrices básicas, son básicas porque son comunes a todos los individuos, ya que desde la perspectiva filogenética han permitido la supervivencia del ser humano y actualmente conservan su carácter funcional porque son fundamentos de posteriores aprendizajes motrices ya sean deportivos o no. Además sintetiza los trabajos de Harrow (1978) y Seefeldt (1979) en:

- Habilidades motrices básicas cuya característica primordial es la locomoción.
- Habilidades motrices cuya característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio sin una locomoción comprobable.
- Habilidades motrices que se singularizan por la proyección, manipulación recepción de móviles y objetos. (Fernández García, 2007, p. 14)

Al analizar cada una de las investigaciones de dichos autores podemos concluir que las habilidades motrices básicas constituyen el punto focal de la etapa educativa primaria, que les permitirá un mejor desempeño en las actividades específicas y complejas del fútbol.

Como referente principal para la investigación tomamos a Marta Castañer y Oleguer Camerino, quienes en su libro *La educación física en la enseñanza primaria* definen las habilidades locomotrices como movimientos realizados por el cuerpo que se desplaza de un punto a otro del espacio, conjugando los diferentes elementos espaciales: dirección, planos y ejes. Filogenéticamente existen unos patrones de conductas motrices básicas que son: caminar, correr y saltar que son susceptibles de ser modificadas incluso complicadas al adaptarse a la especificidad deportiva, de este modo se obtiene diversas vías de optimización ontogenética del bagaje locomotor del niño.

Durante algunas sesiones de entrenamiento en la Escuela de Fútbol ASDI y con la realización de una entrevista acerca de la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción a los profesores, se logró observar que no se tiene un plan organizacional y secuencial donde se trabajen dichas habilidades, además de esto la mayoría no presenta una formación profesional utilizando así conocimiento empírico (cabe aclarar que no se desconocen las cualidades y bondades de este), obviando, en algunos casos, las cargas de entrenamiento para el rango de edad de los deportistas, por lo que no tienen en cuenta algunos principios de entrenamiento tales como el de individualidad y el de progresión.

Además de lo anterior, se realizó una observación continua acerca de los contenidos de la enseñanza (componentes conceptual, procedimental y actitudinal) se evidenció que los entrenadores no tienen claridad del componente conceptual (terminología), en lo procedimental la intencionalidad (¿por qué? y ¿para qué?) de las actividades propuestas y en lo actitudinal son referentes para los deportistas debido a su buen trato tanto con los deportistas como con los padres de familia.

4. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo mejorar las habilidades motrices básicas de locomoción en los niños de la categoría iniciación de la Escuela de Fútbol ASDI del municipio de Rionegro a través de la implementación de una guía metodológica?

5. JUSTIFICACIÓN

En la Escuela de Fútbol ASDI debe ser tarea prioritaria ayudarle al niño a afirmar aquellas habilidades básicas que ya tiene estructuradas, desarrollar las que son necesarias para la edad y a mejorar las que son prioritarias para el deporte.

La presente investigación se enfocará en el diseño de una guía metodológica para la enseñanza de las habilidades motrices de locomoción, la intención surge de los saberes y las experiencias adquiridas en nuestro quehacer formativo como estudiantes del programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad Católica de Oriente; además hemos notado que en esta escuela de fútbol de Rionegro se presentan dificultades al momento de desarrollar dicho proceso.

Esta investigación nos permitirá identificar las falencias que se presentan en el proceso de enseñanza de las habilidades motrices de locomoción en la Escuela de Fútbol ASDI categorías iniciación 2010 y 2011, a fin de diseñar una guía metodológica que permita mejorarlas, y, además, que pueda servir de base para la creación de futuras estrategias de intervención dirigidas a la estimulación motriz en edades tempranas y evitar que esta problemática aumente.

Se espera que la elaboración de este proyecto pudiese generar un impacto en diferentes campos, en lo físico, ya que con la implementación de la guía metodológica los deportistas desarrollarán su motricidad, lo cual influirá a nivel postural, orgánico y funcional, les permitirá explorar la variedad de movimientos y por ende les será más fácil adaptarse a una sociedad cambiante, mejorando la calidad de vida y la forma como los deportistas se relacionan con los demás a través del cuerpo. En el campo social el niño tendrá la oportunidad de interactuar con los demás de una manera más libre que le va a permitir expresarse de una forma organizada y espontánea.

En el campo pedagógico se hará una contribución importante a los entrenadores de fútbol en diversas áreas brindándoles estrategias adecuadas de enseñanza de las habilidades motrices de locomoción direccionadas hacia el fútbol, en el ámbito institucional se espera que mediante la implementación de la guía metodológica la Escuela de Fútbol ASDI fortalezca de manera

significativa los procesos de enseñanza y que pueda servir como apoyo para futuros procesos de mejoramiento de las habilidades motrices básicas de locomoción.

6. OBJETIVOS

6.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar una guía metodológica para la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción en los niños de la categoría iniciación (siete años) de la Escuela de Fútbol ASDI del municipio de Rionegro, a través, del análisis y el sustento de diferentes conceptos y teorías.

6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Establecer un diagnóstico en el proceso de enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción en la Escuela de Fútbol ASDI , por medio de la observación que permitan encontrar falencias y virtudes en el mismo.
2. Analizar la información recolectada en la Escuela de Fútbol ASDI que se obtuvo por medio de las entrevistas y la observación del proceso de enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción que evidencie la problemática.
3. Diseñar la estructura de una guía metodológica que sirva como instrumento para la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción en la Escuela de Fútbol ASDI en la categoría iniciación del municipio de Rionegro con el fin de llevar procesos más organizados.

7. MARCO TEÓRICO

7.1 FUNDAMENTOS BÁSICOS EN EL DESARROLLO DEL INDIVIDUO

Cuando el ser humano nace empieza un proceso de adaptación, la estructura potencial del cerebro del recién nacido comienza a desarrollarse de acuerdo a la cantidad y a la calidad de estímulos que recibe principalmente en sus primeros dos años de vida. En el transcurso de este periodo de maduración a nivel neurológico, el cerebro posee una mayor plasticidad, es este el momento más idóneo para interactuar con el entorno y modificar todo aquello que se pueda encontrar en condiciones desfavorables para el desarrollo tanto social, corporal y emocional como cognitivo y así facilitar un desarrollo evolutivo normalizado. Los sistemas sensoriales son los encargados de generar estímulos externos y hacerlos llegar al cerebro para ser procesados como información, permitiéndole a la persona conocer el mundo de una manera más activa. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 117)

Para que esto sea posible, es importante la atención y la estimulación temprana la cual favorece la maduración del niño y, por consiguiente, una mayor autonomía y desarrollo de sus sentidos.

Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario que un entrenador deportivo posea el dominio de aspectos relacionados con el desarrollo físico y psicomotor de los deportistas, todos ellos en función de las distintas etapas por las que atraviesa el niño en su avance evolutivo.

7.2 EL DESARROLLO DEL NIÑO DE SIETE AÑOS EN LAS DIFERENTES ESFERAS DE FORMACIÓN

7.2.1 Socio afectiva

Entre los cinco y los siete años, la autoridad pensada por el niño como proveniente del exterior (adulto), representada en la norma o regla, por ejemplo, en los juegos con otros niños, es generalmente violada. El niño en esta edad es decidido, independiente en lo personal, demuestra intencionalidad y sentido crítico en relación con las tareas que emprende. Según Guzmán (op. cit. 1986) “reconoce lo propio y lo ajeno; se entusiasma con la aventura, prefiere la compañía de niños de su propio sexo y empieza a compartir no sólo situaciones de juego sino los materiales para poderlos desarrollar. En grupos numerosos coopera e intentan mantener la unidad grupal. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 92 y 93)

La esfera sociomotriz para el niño representa un mundo lleno de posibilidades, su riqueza motriz comienza a verse reflejada en su interacción con los demás lo que le proporciona una autonomía y le permite entender que el otro es parte de su desarrollo.

7.2.2 Psicomotriz

La psicomotricidad puede ser considerada en sentido holístico como la relación independiente e influyente entre el dominio motriz y el psíquico, esta debe ocupar la atención y la intervención pedagógica desde el mismo nacimiento. Así la familia será principalmente la responsable de un adecuado fortalecimiento de la psicomotricidad, la escuela continuará esta labor; razón por la cual debe considerarse como fundamento de la educación física básica por ser el motor de todos los aprendizajes para el acercamiento del

niño a la práctica deportiva. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 94)

Podría decirse así que la psicomotricidad es una de las esferas más predominantes en el desarrollo del niño, pues articula elementos tales como el medio, la comunicación y el dominio corporal. Esto va a permitir que, a nivel deportivo, el niño cuente con las suficientes herramientas para alcanzar su máxima expresión.

7.2.3 Esquema corporal

Según Condemarín (1991) “esquema corporal es la toma de la conciencia global del cuerpo que permite, simultáneamente, el uso de determinadas partes de él, así como conservar su unidad en las múltiples acciones que puede ejecutar”

La edad entre los cinco y los siete años se caracteriza por que el niño logra diferenciar en sí mismo y en los demás, en los objetos y en relación con ellos los lados derecho e izquierdo. La toma de conciencia de su cuerpo avanza velozmente y la imagen y concepto que tiene de sí mismo se empieza a convertir en una estructura cognitiva estable. Según Arenas (op. cit. 1994) “a los seis años no tiene problema de orientación y distingue bien ambos lados de su cuerpo. Hacia los siete años es capaz de orientarse con respecto a los objetos y a las demás personas”. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 97)

De esta manera el niño, al tener consciencia de sí mismo, logra responder a los estímulos motrices de una manera más rápida y controlada. En el caso del fútbol, el niño tiene la capacidad de relacionar su cuerpo con el objeto que en este caso es el balón, permitiéndole ser consciente de sus acciones.

7.2.4 Nociones espacio temporales

Según Condemarín (et al 1991) desde muy pequeño con el seguimiento visual de un objeto o de una fuente de sonido y entre los 9 y 12 meses con las palmadas por una rústica imitación diferida; hay evidencia de que el espacio y el tiempo se están estructurando. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 98)

El desarrollo de estas nociones va ser un factor determinante en el desempeño del niño cuando este inicie la práctica deportiva, debido a que el fútbol es un deporte dinámico y exige movimientos constantes y consientes sobre un terreno de juego.

7.2.5 Coordinativa

La coordinación es una respuesta armónica de las diferentes acciones musculares ante un estímulo determinado. Hace referencia a la flexibilidad y a los mecanismos de ajuste postural durante el movimiento, los cual implican necesariamente una toma progresiva de consciencia del cuerpo. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 100)

Arenas (1994) y Rojas Sánchez (1996) coinciden en que la coordinación es “la capacidad de llevar a cabo organizadamente actos motores en forma eficiente, económica y segura”. Entre los seis y los siete años se manifiestan los mayores logros en lo coordinativo. El juego, el afán de movimiento y la curiosidad creciente amplían el campo de acción motora, los movimientos se vuelven más armónicos, mejora su trasmisión de movimiento, estos son más fluidos, eficientes y orientados.

7.3 DESARROLLO INTEGRAL CON BASE EN CATEGORÍAS DE MOVIMIENTO

Wickstrom (1990) manifiesta que “todos los niños a los seis años están en condiciones de ejecutar un patrón maduro de movimiento, que les permitirá entrar en un periodo de transición hacia el movimiento propiamente deportivo”.

Esto indica que los niños tienen la autonomía motriz para ejecutar gestos más complejos y específicos propios de su disciplina deportiva dependiendo del proceso de estimulación y maduración de estos.

Gallahue (1990) divide estos patrones en tres categorías. En primer lugar, la de movimientos locomotores fundamentales en las que incluye: caminar, correr, saltar horizontalmente, salto vertical, salto desde una altura, alto en un pie, galopar y trepar. En segundo lugar, la de movimientos manipulativos fundamentales que incluye: lanzar, patear, golpear, rodar la bola, descargar, driblar, conducir la bola, volar. En tercer lugar, la categoría de movimientos fundamentales de estabilidad que incluye: movimientos axiales (alrededor de su eje), sustentaciones invertidas, rollo corporal, equilibrio en un pie y caminar sobre una superficie de pequeña amplitud. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 119)

De este modo, los patrones de movimientos locomotores son el fundamento para el trabajo de los contenidos propuestos en el fútbol, ya que este deporte implica una estructura corporal que manifieste una adaptación orgánica hacia este.

7.4 CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

7.4.1 Capacidades físicomotrices

Las capacidades físicomotrices se manifiestan como una unidad en su funcionamiento; sin embargo, para su estudio y análisis con fines especialmente didácticos, han sido clasificadas como capacidades condicionales y capacidades coordinativas. Las capacidades condicionales sustentan su acción sobre el desarrollo de la eficiencia del funcionamiento orgánico muscular; "en el potencial metabólico y mecánico del músculo y sus estructuras anexas (huesos, ligamentos, articulaciones y sistemas)" (García, 1996: 127) y las capacidades coordinativas se constituyen en la base para la organización, control y regulación de los movimientos que llevan al dominio de las habilidades motrices y los gestos técnicos de las actividades físicas y deportivas. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009)

En la guía metodológica se va a hacer énfasis en las capacidades físicas condicionales de manera directa y en las capacidades físicas coordinativas de manera indirecta, ya que nuestro enfoque en el deporte del fútbol va direccionado hacia estas y son las siguientes:

7.4.1.1 Fuerza

Según García Manso (1996) "Es definida como la capacidad del individuo para vencer, oponerse o soportar una resistencia por medio de la acción muscular".

La fuerza es una capacidad física imprescindible en la práctica del fútbol, ya que este deporte requiere estar en constante movimiento, esta se utiliza tanto en el ámbito individual, colectivo y en relación a la manipulación del objeto (balón). La fuerza se ve influenciada por diferentes factores:

El grado de tensión muscular durante una contracción, depende de varios factores, que pueden englobarse en: factores biológicos, mecánicos, funcionales y sexuales. Los factores biológicos están determinados por la estructura de las fibras musculares (hipertrofia e hiperplasia), por aspectos neuromusculares (modelo de reclutamiento de las fibras musculares), por las fuentes energéticas y el comportamiento hormonal; los factores mecánicos son determinados por la longitud del músculo, la velocidad de contracción muscular y la elasticidad; los factores funcionales dependen del tipo de contracción muscular y los factores sexuales del sexo del individuo. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 4)

Según lo anterior la fuerza está determinada por diferentes factores, sin embargo, dicha capacidad física, presenta la siguiente clasificación planteada por García Manso:

1. Manifestación activa de la fuerza que Según García Manso (1996, 166, 167), la manifestación activa de la fuerza es la tensión que está en capacidad de generar un músculo por la acción de una contracción muscular voluntaria. La manifestación activa según su magnitud, velocidad de ejecución y tiempo de duración se clasifica en fuerza máxima, fuerza veloz y fuerza resistencia. La fuerza máxima es conceptualizada como "la tensión que es capaz de generar un músculo por acción de una contracción muscular voluntaria " (García, 1996: 167). La fuerza veloz "es la velocidad del sistema neuromuscular de vencer una resistencia a la mayor velocidad de contracción posible, o como lo plantean fuerza activa reactiva (Harre y Hauptmann 1991, citados por García Manso 1996, 171) capacidad de un atleta de vencer resistencias externas al movimiento con una gran velocidad".

Algunos autores designan este tipo de manifestación de la fuerza con el nombre de fuerza explosiva. La fuerza resistencia es considerada como la capacidad del individuo de mantener un mismo nivel de manera permanente durante todo el tiempo que dure una actividad determinada.

2. Manifestación reactiva de la fuerza que es la capacidad de fuerza que desarrolla un músculo como reacción a una fuerza externa que modifica o altera su propia estructura. Se produce después de un ciclo de estiramiento-acortamiento, como ocurre cuando un individuo rebota después de un salto. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 7)

Todas estas manifestaciones de la fuerza, se presentan durante el desarrollo de la motricidad infantil y debido a las características del niño desde las dimensiones biológica, psicológica y motriz, se requiere de una planificación específica y detallada para el desarrollo hasta niveles básicos funcionales; sin embargo, su desarrollo hasta máximos niveles no es recomendada. En síntesis, en las edades infantiles, es recomendable desarrollar planes orientados al incremento y desarrollo sistemático de las Capacidades Condicionales, con el objetivo de lograr un desempeño eficaz en la ejecución de las tareas motrices, sin embargo, no se recomienda la programación y ejecución de estímulos orientados al desarrollo de la *fuerza máxima*, *fuerza resistencia* y *la fuerza veloz* con objetivos de alto rendimiento deportivo a corto plazo. En términos generales, desde el nacimiento hasta los 11 - 12 años en condiciones normales, el desarrollo de la fuerza muscular es similar entre diferentes niños e inclusive entre niños y niñas, con muy ligeras variaciones, debidas fundamentalmente a factores culturales. En estas edades no es extraño encontrar niñas con un mayor nivel en el desarrollo de la fuerza que el de niños de la misma edad. La capacidad de

manifestación de la Fuerza durante las acciones motrices en la edad infantil, es marcadamente influida por el ajuste corporal, por el desarrollo de la coordinación y por el desarrollo cognitivo; de ahí, se resalta la importancia de realizar un trabajo sistemático en el desarrollo educativo de las capacidades del niño y la niña, atendiendo a sus características y necesidades. La capacidad de fuerza activa y veloz en los niños, igualmente, debe trabajarse sobre la base del desarrollo de los esquemas motrices de base, equilibrio y coordinación, debido a que la coordinación intra e intermuscular se puede desarrollar por medio de estímulos adecuados a partir de los ocho - diez años, además, la coordinación intramuscular presenta una fase sensible para su desarrollo a los once - trece años en manifestaciones cíclicas y de movimiento (Grosser 1989: 207, 210).

Durante la clase de Educación Física, el desarrollo de actividades dirigidas al incremento de la fuerza en niños, debe realizarse atendiendo a las características, las necesidades e intereses de los mismos, utilizando para ello como medio fundamental, el juego. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 8)

7.4.1.2 Resistencia

Resistir es enfrentar con éxito la fatiga, es sobreponerse a ella, es desencadenar inteligente y eficientemente mecanismos energéticos que permitan una cierta prolongación en el tiempo de esfuerzos físicos y una pronta recuperación para estar con eficiencia incrementada en condiciones de enfrentar nuevos desafíos físicos. (Taborda, 2001: 11)

De m

anera general, para el trabajo de la Educación Física se puede atender a las siguientes clases de Resistencia:

La Resistencia aeróbica que consiste en un trabajo de larga duración realizado a una intensidad media y con consumos submáximos de oxígeno. La resistencia anaeróbica, que puede ser láctica, cuando se realiza una actividad o ejercicio muscular con presencia de ácido láctico en funcionamiento mientras el nivel de consumo de oxígeno supera el límite superior, y aláctica, la cual se refiere a esfuerzos de alta intensidad y corta duración (diez a veinte segundos), dependiendo de la forma de acción o trabajo de la musculatura. la resistencia puede ser clasificada en resistencia estática y resistencia dinámica. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 11)

Ambos tipos de resistencia están presentes en la práctica del fútbol, por lo cual, para poder conseguir procesos de supercompensación y acoplamiento es importante trabajarlas desde edades tempranas porque posiblemente le va a garantizar a el niño una mejor adaptación en edades maduras.

7.4.1.2.1 El niño y el desarrollo de la resistencia.

En la práctica de las actividades físicomotrices, la resistencia es una de las capacidades del ser humano que más se ha estudiado e investigado, según (Taborda 2001: 11). Esta capacidad es de interés fundamental por su significado para la salud (orgánica) porque "constituye uno de los pilares fundamentales en la construcción de la vida deportiva". "Los niños aproximadamente a los 8 años desarrollan adaptaciones estructurales y funcionales frente a estímulos de formas aeróbicas de entrenamiento (carreras continuas, etc.) para los siguientes parámetros: Captación máxima de oxígeno. El tamaño, la frecuencia cardíaca, el volumen asistólico y minuto cardíaco la capacidad vital el

incremento del volumen sanguíneo, de las mitocondrias y de las enzimas el aumento del depósito de hidrato de carbono". A esta edad se puede iniciar de forma regulada un entrenamiento de la capacidad aeróbica, aunque el momento más adecuado para el desarrollo de la resistencia se presenta con la aparición de la pubertad. El desarrollo de la resistencia anaeróbica presenta condiciones menos favorables para su estimulación en la infancia, aunque se puede iniciar con estímulos leves, debido a que el momento adecuado para su entrenamiento se presenta en la pubertad, ya que en esta etapa del desarrollo del individuo aumentan las enzimas, las cuales son fundamentales para el metabolismo anaeróbico como elemento que permite las tolerancias correspondientes al lactato. En síntesis, es en la adolescencia donde se presentan las condiciones biológicas adecuadas para el desarrollo de la resistencia. Según Taborda (2001: 11), el "niño" está en condiciones de desempeñarse sin dificultad en tareas de resistencia, básicamente en las tareas que utilizan como fuente energética la vía aeróbica. Así mismo, el autor considera que en el momento se mantienen las reservas sobre la capacidad del niño para actuar con eficiencia en las tareas donde es básica la participación de la vía energética anaeróbica láctica. De acuerdo con los referentes teóricos expuestos, la resistencia puede ser conceptualizada como la capacidad física y psicológica del individuo para realizar un esfuerzo de larga duración sin disminuir su eficacia o rendimiento. "Resistir es enfrentar con éxito la fatiga, es sobreponerse a ella, es desencadenar inteligente y eficientemente mecanismos energéticos que permitan una cierta prolongación en el tiempo de esfuerzos físicos y una pronta recuperación para estar con eficiencia incrementada en condiciones de enfrentar nuevos desafíos físicos". (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 10)

7.4.1.3 Velocidad

La velocidad es considerada como una capacidad compleja, en la que interactúan el tiempo de reacción, la velocidad de desplazamiento, la coordinación intramuscular e intermuscular, el ritmo del movimiento, la flexibilidad, la capacidad de aceleración del individuo, la coordinación, la resistencia a la velocidad, el ajuste postural y el equilibrio. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 16)

Al ser la velocidad una capacidad física compleja y que comprende la intervención de tantos factores para su realización, conlleva a que la Universidad de Antioquia por medio del grupo elaborador de los estándares de la educación física, clasifique la velocidad así:

De manera general, para la Educación Escolar se puede tomar la clasificación que divide la velocidad en velocidad cíclica y acíclica. La velocidad cíclica está constituida por una serie de movimientos muy similares, repetidos en forma continua y realizados en el menor tiempo posible (pedalear en una bicicleta, trotar, etc.). La velocidad acíclica se manifiesta en acciones independientes entre sí (el salto alto, los lanzamientos, etc.). (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 17)

7.4.1.4 Movilidad o flexibilidad

La movilidad es una capacidad especial que contribuye determinantemente al aprendizaje y la cualificación de las habilidades motrices. (Álvarez del Villar, 1985, citado por Manso, 1996: 431), la define como "la cualidad que con base en la movilidad articular, extensibilidad y elasticidad muscular, permite el máximo recorrido en las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al sujeto realizar acciones que requieren de gran agilidad y destreza". Esta definición incluye el concepto de flexibilidad, planteado como amplitud o rango de movimiento articular. La movilidad incluye los siguientes factores: la

capacidad de estiramiento de las fibras del músculo. La capacidad de estiramiento de los tendones que afectan la articulación. La capacidad de estiramiento de los ligamentos que rodean la articulación. La capacidad de movimiento que nos permite la constitución de las paredes articulares. La fuerza de los músculos antagonistas que afectan el movimiento de esa articulación. El control del reflejo y contrareflejo miotático. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 18)

Los estándares de la educación física establecidos por la Universidad de Antioquia proponen la siguiente clasificación para la movilidad:

(Fleishman, citado por Manso, Navarro y Ruiz, 1996: 432), clasifica la movilidad en estática y/o pasiva y dinámica o activa. La movilidad estática o pasiva, indica la movilidad de una articulación sin considerar la velocidad de ejecución del movimiento. Se refiere a movimientos lentos o a movimientos realizados con ayuda de fuerzas externas, como pueden ser los compañeros, aparatos o un peso adicional (...) La movilidad dinámica o activa se refiere a la capacidad de usar la amplitud de movimiento de una o varias articulaciones durante la ejecución de actividades físicas, ya sea a una velocidad normal o acelerada (movimientos balísticos o de impulso - ayuda). (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 19)

7.4.2 Capacidades perceptivomotrices

Castañer y Camerino. (1996. 54). Plantean que las capacidades perceptivomotrices son derivadas directamente de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central, a saber: la equilibración y los diversos tipos de coordinación. La base de las capacidades perceptivomotrices se encuentra en los siguientes aspectos: Por un lado, el desarrollo de la diferenciación sensorial, de las

funciones propioceptivas, (fundamentales en el reconocimiento del propio cuerpo) y la actividad tónico postural ortoestática (A.T.P.O). Por otra parte, la identificación y conocimiento del mundo exterior (funciones exteroceptivas), aspecto en el que confluyen la interacción con el mundo objetual (los objetos) y la relación con los otros, dentro de las coordenadas espacio-temporales (...) Según Castañer y Camerino. (1996. 54). Todo movimiento voluntario contiene un elemento de conocimiento perceptivo proveniente de algún tipo de estimulación sensorial. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 2 y 3)

En el campo deportivo, es de vital importancia motivar a los niños a la práctica de diferentes expresiones motrices en variados entornos, permitiéndoles un desarrollo perceptivomotriz integral articulando el trabajo de las capacidades físicomotrices y sociomotrices.

7.4.2.1 Actividad tónico postural ortoestática.

Este elemento hace referencia a que toda conducta está relacionada con el funcionamiento neuromuscular del organismo (...) La condición del tono muscular es la base que sustenta toda acción en el control del cuerpo, aspecto que constituye en la regulación primaria y acción de la cual no se es consciente. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 7)

7.4.2.2 La tonicidad

El término ha sido ampliamente definido por diversos autores haciendo referencia a su relación con el concepto de cuerpo. Desde esta perspectiva, el tono tiene que ver con el grado de contracción muscular, siendo variable en función de la disposición y actitud del individuo, asunto que implica en la práctica la participación de todas las dimensiones del

ser humano en las diferentes expresiones motrices como vivenciación de la corporeidad. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 46)

7.4.2.3 Gestualidad

La gestualidad significa gesto, movimiento como una acción dinámica del cuerpo, se constituye en un componente básico de la morfocinésis, en el sentido que es forma de movimiento. Efectivamente el gesto es precisamente el que le da la forma al movimiento. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 48)

7.4.2.4 Orientación espacial

Esta es la capacidad de mantener la localización del propio cuerpo en relación con la posición de los objetos en el espacio, como para estar en condición de referenciar la posición que ocupan dichos objetos en el espacio en función de la posición que ocupa en el propio cuerpo, con relación a este aspecto, la lateralidad es conceptualizada como el dominio de los lados del cuerpo y hace referencia a dos aspectos que son la discriminación lateral y la dominancia lateral. La dominancia hace referencia al predominio de uno de los lados del cerebro, lo cual implica una especialización de funciones y una de ellas es precisamente la preferencia en el uso de uno de los lados del cuerpo, determinando que el sujeto sea predominantemente zurdo o derecho. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 53)

El Fútbol es un deporte dinámico, que le exige al niño estar en constante movimiento además de estar en relación consigo mismo, con los demás y con objeto. La orientación espacial le va a permitir ubicarse en el campo de manera que pueda desenvolverse de acuerdo a la necesidad del momento.

7.4.2.5 Lateralidad

La lateralidad es contextualizada como el dominio de los lados del cuerpo y hace referencia a dos aspectos que son: la dominancia lateral: hace referencia al predominio de uno de los lados del cerebro (...) La discriminación lateral derecha-izquierda: hace referencia al aprendizaje de la distinción de los lados del cuerpo (derecho e izquierdo), esta se logra por medio de la experimentación que implican en las relaciones tanto izquierdo como derecho. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 53 y 55)

El desarrollo de la lateralidad permitirá al deportista identificar su predominio lateral, además de mejorar la ubicación espacio temporal en el deporte, para esto es pertinente tener en cuenta la siguiente clasificación:

Lateralizadas integrales: predominancia absoluta de un lado del cuerpo.

Lateralidad cruzada: cuando la lateralidad no se manifiesta de manera dominante uniformemente en un lado del cuerpo (mano derecha, pie izquierdo...)

Lateralidad invertida: cuando la dominancia innata del individuo se ha modificado por el aprendizaje.

Ambidiestros: dominancia lateral equitativa de los dos lados del cuerpo. Puede presentarse temporal o transitoriamente en los niños. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 53 y 55)

Es importante tener en cuenta esta clasificación con el fin de estimular dicha capacidad en los deportistas para que estos tengan un mejor dominio de sus acciones en la disciplina deportiva.

7.4.2.6 Equilibrio

El equilibrio como elemento fundamental del desarrollo perceptivo motriz del ser humano, es entendido como la capacidad de mantener la postura, o recuperarla cuando se ha perdido por la acción de fuerzas externas que pueden incidir sobre el cuerpo. El equilibrio desde esta perspectiva interactúa en relación permanente con el control tónico postural. Según Castañer y Camerino (1996) de cualquier movimiento, surge otro movimiento de equilibrio cuando su ejecución requiere movimientos de reacción. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 62)

El fútbol es un deporte dinámico donde los deportistas están en constante contacto con sus compañeros y con objetos externos, el equilibrio permite mantener un control funcional de su cuerpo en la práctica deportiva, por lo cual es importante tener en cuenta su clasificación:

El equilibrio reflejo: es una acción de carácter estática y postural.

El equilibrio automático: es el que se manifiesta en los movimientos utilitarios y automatizados de la vida diaria.

El equilibrio voluntario: corresponde a las acciones de control tónico postural que se realizan durante la ejecución de diferentes acciones motrices programadas.

El equilibrio estático: es la acción realizada para mantener la postura por medio de un control del tono muscular que anula las variaciones de carácter externo que inciden en las posiciones del cuerpo.

El equilibrio dinámico: es una acción de ajuste y control del tono postural que mantiene el cuerpo sobre la base de sustentación cuando el centro de gravedad se aparta de ella. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 62)

7.4.2.7 Coordinación

Según Álvarez del Villar, citado por Contreras Onofre (1998) “la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento o gesto deportivo concreto” en el mismo sentido, la coordinación ha sido definida como ordenación secuencial de los movimientos en una estructura jerarquizada de las acciones previstas para lograr a un objetivo propuesto, de forma funcional, eficiente, eficaz, armónica y fluida con el mínimo gasto de energía y atendiendo a situaciones cambiantes del medio tanto interno como externo en el ser humano y el contexto. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 62)

La importancia de la coordinación en el fútbol se evidencia al realizar cada uno de los gestos motrices, para esto es importante tener en cuenta su clasificación:

Coordinación dinámica general: se refiere a movimientos y acciones de carácter global, que incluyen varios grupos musculares y generalmente presenta acciones que implican locomoción.

Coordinación segmentaria o específica: hace referencia a movimientos segmentarios localizados o analíticos, generalmente trata de relación entre la vista y algún segmento corporal (coordinación visopédica, visomanual). (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 62)

El estimular la coordinación en los deportistas les permite realizar gestos motrices eficientes con fluidez de movimiento para la práctica del deporte, el hecho de que los deportistas sean coordinados facilitará su desempeño y el cumplimiento de tareas globales y específicas.

7.4.3 Capacidades sociomotrices

La sociomotricidad reúne el campo y características de las prácticas correspondientes a las situaciones sociomotrices. El riesgo fundamental de estas situaciones es la presencia de una interacción o comunicación motriz implicada en la realización de una acción motriz. El eje central de la sociomotricidad es la relación que establece la persona que actúa con los demás interventores mediante el juego. (Chaverra Hernandez & Uribe Pareja , 2007, pág. 58)

La sociomotricidad tiene como capacidades sociomotrices la expresión, la comunicación y el movimiento. De esta manera los niños llegan a tener la necesidad de colaborar y tener cooperación con los demás en actividades que lo requieran, alcanzando capacidad de crear reglas comunes y encontrar el máximo de su expresión a través del juego.” (Ciclo, Andres, & Pinilla, 2012).

Según lo anterior, dichas capacidades hacen del deportista un ser en relación constante con todas las personas que se ve involucrado durante la práctica del deporte, es importante resaltar que al ser el fútbol una disciplina de práctica colectiva brinda la oportunidad de desarrollar la expresión, la comunicación y el movimiento, lo que implica la necesidad de que a los niños se les empiece a impartir dichos conceptos desde etapas de iniciación en el deporte.

7.5 HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Según Prieto (2010) “las habilidades motrices son un conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, pasando de lo más simple a los más complejo teniendo como fundamento la dotación hereditaria (genética), las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo motrices, así mismo, es preciso indicar

la necesaria integración que existe entre la percepción y las habilidades motrices básicas dada la imposibilidad de trabajar unas sin las otras, por lo que confluyen en la motricidad, como la expresión global del ser humano. (Bascón, 2010, pág. 1)

El ser humano nace con algunas manifestaciones motrices que con el tiempo se van potencializando de acuerdo a su estimulación y otras se van desarrollando progresivamente en el transcurso de su vida. Es importante resaltar el papel que juega el entorno y la relación que se tiene con este, ya que los estímulos externos son un complemento necesario para el perfeccionamiento de las habilidades motrices.

En los estándares de La Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad de Antioquia se manifiesta que el concepto de habilidades motrices básicas es muy amplio en el campo de la educación física y el deporte, ya que han surgido diferentes teorías y algunas de estas son:

Según el libro *las habilidades y destrezas motrices básicas: análisis y evolución* el concepto de habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía o de tiempo. (CONTRERAS, 2005, p. 3)

Considerando los elementos teóricos presentados y basados fundamentalmente en los conceptos de Contreras se puede plantear que la habilidad motriz sugiere la adquisición de una competencia motriz que se origina en el aprendizaje, es de tendencia finalista y tiene las características de eficacia, flexibilidad y adaptabilidad además las habilidades motrices en si constituyen el medio por el cual los individuos desarrollan las tareas motrices. (CONTRERAS, 2005, p. 4)

Es importante resaltar que los seres humanos están en constante movimiento y a medida que esto sucede surgen nuevos patrones motrices que permiten adquirir la capacidad de cumplir tareas de manera progresiva, que van de lo simple a lo complejo y que se van relacionando con las necesidades cotidianas del ser, es importante tener en cuenta que para que esto se dé es necesario estimularlas de manera integral.

Para articular lo mencionado anteriormente tomamos de referencia el siguiente texto:

Los patrones motores se adquieren en los primeros años de vida y constituyen las formas fundamentales de la motricidad en el ser humano. La práctica permanente de estos patrones, conduce al desarrollo de las habilidades básicas, ya constituidas y afirmadas como secuencias de movimientos con alto grado de orden y precisión, movimientos automatizados, que, por su disponibilidad inmediata, en cualquier momento y situación, permiten, favorecen y facilitan el dominio motriz del medio, como condición primaria para la conquista de la autonomía por parte del niño. Estas habilidades básicas, a su vez, por medio de procesos educativos y de interacción social altamente determinados por el contexto y la cultura, se constituyen en la base indispensable para el aprendizaje de habilidades específicas, como son los gestos deportivos, la danza, el mimo, los movimientos artísticos y otras habilidades propias del medio laboral que el individuo debe adquirir durante las etapas de la vida para continuar su proceso de crecimiento, maduración, adaptación y socialización. El dominio y la automatización de estas habilidades específicas son la base para lograr el dominio específico del medio. (CONTRERAS, 2005).

7.5.1 Clasificación de las habilidades básicas o fundamentales

Castañer y Camerino desde un enfoque global, presentan una idea en la que las habilidades se pueden categorizar en función en los ámbitos donde se desarrollan, lo que permiten y facilitan, a la vez, diferenciar las funciones de locomoción, manipulación y estabilidad. (CONTRERAS, 2005, p. 11).

La clasificación de las habilidades motrices nos permite trabajar desde diferentes ámbitos articulando las necesidades educativas o deportivas de los niños, pensando así en fortalecer unas más que otras de acuerdo al objetivo que se quiera alcanzar, para esto Castañer y Camerino las clasifican en:

7.5.1.1 Habilidades locomotrices

Estas habilidades se caracterizan porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes. Las habilidades locomotrices se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada niño. Entre las habilidades locomotrices se encuentran las siguientes: caminar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar, etc. (CONTRERAS, 2005, p. 12)

Las habilidades locomotrices brindan un punto de partida para el desarrollo de las capacidades del ser humano, estas son la base para la ejecución de gestos de diferentes disciplinas deportivas y del diario vivir.

En el fútbol, caminar, correr y saltar son parte fundamental para la práctica de este, ya que es un deporte dinámico que exige la conjugación de estas tres habilidades, es por esto que es muy importante iniciar procesos para su desarrollo en edades tempranas, con el fin de que el niño llegue a una etapa donde sus movimientos sean fluidos y autónomos.

7.5.1.2 Habilidades motrices de manipulación

Estas habilidades son movimientos de manipulación gruesa y fina, se caracterizan por la capacidad de imprimir fuerza y recibir o amortiguar a los objetos y personas con quienes se interactúa. En la medida que se perfeccionan hay una mayor participación de las capacidades perceptivomotrices y coordinativas, las que imprimen la base del componente cualitativo (...) De esta manera, habilidades como el lanzar, atrapar, patear, golpear, pueden dar origen a otra gran variedad de habilidades, como lanzar un balón y atraparlo con una, dos manos y de varias formas más. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 12)

7.5.1.3 Habilidades de estabilidad.

Estas habilidades suponen el desarrollo de la capacidad perceptivomotriz de adecuación y adaptación espacio-temporal del cuerpo y la participación de las capacidades físiomotrices (condicionales y coordinativas) para lograr superar la fuerza de gravedad, y así realizar eficazmente las tareas motrices que se requieren en las acciones propuestas. Son habilidades motrices, en las que se trata de mantener una estabilidad del equilibrio estático y dinámico ante una situación o tarea motriz propuesta, y el equilibrio se logra por medio de un adecuado ajuste postural que resuelva eficazmente el problema planteado. Algunas de las habilidades motrices de estabilidad son: levantar, inclinarse,

estirarse, girar, empujar, colgarse. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 13)

7.6 PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO

Navarro (1994) Indica que los principios del entrenamiento son el conjunto de instrucciones generales que basadas en las ciencias biológicas y pedagógicas le permiten al entrenador la adecuada implementación de los procesos globales de entrenamiento, los métodos y la planificación, así como de ejercer un buen control del proceso de entrenamiento.

Clasifica los principios de entrenamiento en:

- Principios biológicos: unidad funcional, multilateralidad, especificidad, sobrecarga, progresión, continuidad e individualización.
- Principios pedagógicos: participación activa y consiente, transferencia, accesibilidad y periodización.

7.6.1 Principios biológicos

Los que generan respuestas en los procesos de adaptación orgánica del deportista.

7.6.1.1 Principio de la unidad funcional

A la hora de aplicar los distintos métodos de entrenamiento, hay que partir del principio de que el organismo funciona como un todo indisoluble. Cada uno de los órganos y sistemas que están interrelacionados con el otro, hasta el punto que el fallo de cualquiera de ellos hace imposible la continuidad en el entrenamiento (...) La aplicación de una carga concreta puede estar incidiendo positivamente en una cualidad, pero también puede ocurrir que se esté produciendo el efecto contrario en otra cualidad. (Rando Aranda, 2011, p. 37)

7.6.1.2 Principio de multilateralidad

Partiendo del principio anterior, tenemos que considerar que la preparación moderna trata de abarcar simultáneamente todos los factores de entrenamiento, puesto que, según algunos autores, está demostrado que con una preparación multifacética, en ocasiones, se consiguen mejores resultados, ya que el deportista domina una mayor cantidad de movimientos, tiene un mayor dominio de sus conductas motrices y, en consecuencia, está en disposición de asimilar las técnicas y los métodos de entrenamiento más complicados partiendo del principio de que los aprendizajes nacen sobre las bases de otros ya adquiridos. Por este motivo, la edad en la que se debe poner un mayor acento sobre este principio, se encuentra en las edades tempranas, puesto que se está formando la base motriz y la condición física de los alumnos, por lo que se debe intentar lograr que esta sea lo más amplia posible, dotando diferentes posibilidades al niño. De este modo se debe llevar a cabo una preparación multilateral que desarrolle un gran número de capacidades físicas, atendiendo al programa de condición física a la mayoría de los órganos y aparatos. (Rando Aranda, 2011, p. 38)

7.6.1.3 Principio de la especificidad

Es uno de los principios básicos del entrenamiento moderno, especialmente entre deportistas ya formados. Álvarez del Villar (1983) considera que en el deporte se han de ejercitar dos condiciones o cualidades relacionadas con el resultado deportivo. En primer lugar, se han de sentar las bases del entrenamiento a través del desarrollo de las cualidades físicas básicas (como se ha visto anteriormente), y, por otro lado, han de desarrollarse unas condiciones específicas de acuerdo con las características particulares que encierra cada deporte. Esto nos viene a decir, que dependiendo del deporte o actividad que

queramos llevar a cabo, necesitaremos un aprendizaje diferenciado de los movimientos técnicos para poder obtener un resultado concreto, a través de ejercicios puramente específicos. (Rando Aranda, 2011, p. 38)

7.6.1.4 Principio de la sobrecarga

El principio de sobrecarga (también llamado principio del estímulo eficaz de carga o de umbral) no hace referencia a un exceso de trabajo, sino a un esfuerzo selectivo para estimular la respuesta de adaptación deseada sin producir agotamiento o esfuerzo indebido, que pueda provocar lesiones, desgaste físico y en muchos casos abandono o rechazo por la práctica física. (Rando Aranda, 2011, p. 39)

7.6.1.5 Principio de la progresión (incremento progresivo de la carga)

Harre (1990) lo define como elevación de la intensidad del esfuerzo. El organismo tiende a adaptarse a los estímulos (esfuerzos, ejercicios) que va recibiendo, por lo tanto, es necesario incrementar la dificultad o intensidad de los estímulos para conseguir mejorar el nivel de desarrollo perseguido. Recordemos que sólo se producirá adaptación si el estímulo del entrenamiento es lo suficientemente fuerte en cuanto a su carga. Una vez que un determinado estímulo es aplicado un número suficiente de veces, el organismo se adapta a él y hace necesario modificarlo y/o incrementarlo si queremos que se continúe cumpliendo el objetivo básico, el desarrollo de la condición física de nuestros alumnos. Este aumento de la carga debe hacerse de forma gradual, siempre adaptándose al nuevo estado en que se encuentra el deportista. (Rando Aranda, 2011, p. 40)

7.6.1.6 Principio de la continuidad

En todos los ámbitos de la vida (trabajo, estudio, ...), la continuidad representa la base del éxito. Con la aplicación de este principio se intenta mantener un nivel lógico y razonable

de la capacidad de rendimiento de la persona que ha comenzado un programa de acondicionamiento físico. Cuando se interrumpe el entrenamiento, se pierde rápidamente el nivel conseguido. La observación, la experiencia y los avances en fisiología han demostrado que todo esfuerzo que se interrumpa por un periodo prolongado ni crea, ni entrena. (Rando Aranda, 2011, p. 40)

7.6.1.7 Principio de individualización

Este principio está determinado por las características morfológicas y funcionales de los deportistas. Cada sujeto es un todo, con características completamente distintas, desde el punto de vista antropométrico, funcional, motor, psicológico, de adaptación. Ello explica el hecho de las diferentes reacciones del sistema motor y de otros órganos a las mismas cargas en las sesiones, no solo de los diferentes alumnos/as, sino, incluso del mismo alumno en distintos periodos de tiempo (Rando Aranda, 2011, p. 41)

Para el desarrollo integral del deportista no hay una forma o método a seguir, se debería trabajar con las características individuales de cada uno.

7.6.2 Principios pedagógicos

Son los principios que orientan sobre cómo aplicar las cargas de entrenamiento teniendo en cuenta los procesos psicológicos y pedagógicos relacionados con el deportista. Dentro de este grupo, García, Navarro y Ruiz (1996) establecen una serie de principios, que han considerado los más importantes dentro de este grupo. En aquellos en los que se vea claro, los encuadraremos también dentro de otras clasificaciones vistas anteriormente, de forma que se observe más claramente el significado de cada uno. (Rando Aranda, 2011, p. 42)

7.6.2.1 Principio de la participación activa y consciente

El hombre es un alma consciente, ser pensante, racional, a diferencia de los animales que actúan por instinto y automatismos inconscientes. Es un error del entrenador o del docente de Educación Física. enseñar o entrenar por simple repetición, sin saber sus alumnos por que hacen tal o cual tarea. Los niños/as deben elaborar conscientemente la tarea a desarrollar, deben saber lo que están haciendo, como lo están haciendo y para que lo están haciendo. (Rando Aranda, 2011, p. 42)

7.6.2.2 Principio de la transferencia

Aunque las capacidades condicionantes y coordinativas de una persona están relacionadas entre sí, de forma que al iniciar el entrenamiento todas las capacidades se benefician de la actividad. (...) Hay autores que indican que el aprendizaje de una habilidad anterior facilita el otro, pero en un entrenamiento más específico esta relación se convierte en algunos casos contradictorio según la actividad. En el caso de existir transferencia, ésta puede ser positiva (mejorará otras capacidades), o negativa (perjudicará otras capacidades). La transferencia también puede ser clasificada como lateral o vertical. Hablamos de transferencia lateral cuando un individuo es capaz de ejecutar una tarea similar y del mismo nivel de complejidad, como consecuencia de haber aprendido otra previamente. Decimos que existe transferencia vertical cuando los aprendizajes realizados en el pasado son de aplicación útil a tareas similares, pero más avanzadas o complejas. (Rando Aranda, 2011, p. 43)

7.6.2.3 Principio de accesibilidad

El principio se basa en el hecho de que el hombre se desarrolla a través de la actividad y ese desarrollo es generado por las exigencias del rendimiento y de la conducta que sólo

podrán satisfacerse con un considerable esfuerzo, o sea, movilizand o las reservas de rendimiento. Por otro lado, el principio se define mediante el conocimiento de que la efectividad del entrenamiento disminuye una vez que fueron superadas óptimamente las magnitudes de la exigencia del individuo. (Rando Aranda, 2011, p. 43)

7.6.2.4 Principio de la periodización

La periodización es la forma de estructurar el entrenamiento deportivo en un tiempo determinado, a través de períodos lógicos que comprendan las regulaciones del desarrollo de la condición física del alumno.

Este principio impone la estructuración del proceso de entrenamiento como un sistema de ciclicidad de la carga, alternada y modificada en ciclos periódicos. Los ciclos de desarrollo se alternan como si fuera en orden circulatorio. Cada ciclo inmediato es la repetición parcial del anterior y simultáneamente manifiesta la tendencia del desarrollo del proceso de entrenamiento, o sea, se diferencia del anterior por el contenido renovado, la modificación parcial de la composición de los medios y métodos, el crecimiento de las cargas, etc. Toda la estructura de desarrollo se organiza en forma de ciclos, desde sus eslabones elementales hasta las etapas de muchos años. (Rando Aranda, 2011, p. 43)

7.7 PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO INFANTIL

En un proceso de entrenamiento de deportes infantil cuyo objetivo, trasciende el solo rendimiento y se orienta además a buscar el desarrollo humano del sujeto , es importante promover algunos elementos que asumidos como principios, faciliten la dirección del entrenamiento hacia el enfoque pretendido, en razón consideramos la necesidad de formular los principios fundamentales desde lo pedagógicos y biofisiológico que guían la labor del maestro, entrenador en las Escuelas de Formación

Deportiva y Entrenamiento Deportivo Infantil. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 77)

Según lo anterior es importante destacar que el entrenamiento y el cuidado infantil se torna de manera fundamental, el hecho de realizarlo de manera ordenada teniendo en cuenta determinados aspectos fundamentales como lo son, los principios, las reglas, las normas y las proposiciones metodológicas de carácter científico, permite que en los deportistas se generen procesos de adaptación permitiéndoles modificación físicas y fisiológicas.

7.7.1 Principio de la ampliación del marco referencial

Está diseñado como un principio y un recurso de enseñanza recomendado a partir del cual el niño debe ampliar sus pensamientos, sentimientos y percepciones. Escuelas de Formación Deportiva y Entrenamiento Deportivo Infantil considera que el aprendizaje temprano de los niños es un elemento estimulante del aprendizaje nuevo y múltiple que se produce en un entorno recreativo y, como tal, tiene la riqueza que facilita la construcción de nuevas oportunidades. En estas escuelas, la extensión del marco de referencia utiliza el camino de la formulación de preguntas para ayudar a los nuevos descubrimientos. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 77)

7.7.2 Principio de la auto – eco – organización

Este principio aboga por una idea de un sujeto que trasciende el individualismo como característica fundamental de su estructuración, hacia la configuración de un sujeto individual autónomo, pero en constante relación y dependiente de otros sujetos. Escuelas de Formación Deportivas y de Entrenamiento Deportivo Infantil constituyen la subjetividad fundada desde la necesidad de compartir con el otro, haciéndose posible el dar y recibir. Se piensa en un ser humano que se forja en el deseo de participar en su libre

posibilidad de hacerlo, así como la de lograr su crecimiento a través de la relación con otros sujetos. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, págs. 77 -78)

En resumen, el principio de auto organización indica que el pensamiento complejo debe ser un pensamiento ecologizado que, en lugar de aislar el objeto estudiado, lo asocie a la relación eco organizativa con el entorno. Sin embargo, la visión ecológica no debe significar una reducción del objeto a la red de relaciones que lo constituye. El mundo no solo está constituido por relaciones, sino que al mismo tiempo emerge de realidades dotadas de cierta autonomía. Por lo tanto, lo que debe considerarse inseparable de un pensamiento ecológico complejo es la auto organización del objeto en relación con su ecosistema.

7.7.3 Principio de respeto por los aprendizajes previos

Es el conjunto de experiencias, vivencias, prácticas motrices, procesos educativos formales o no formales, entre otros, que acompañan al niño previo a la intervención pedagógica del orientador en los procesos de entrenamiento deportivo de los niños. Tener en cuenta los aprendizajes previos en un proceso de entrenamiento deportivo infantil, implica reconocer todos los elementos que el niño trae como historia de su formación y que inciden positiva o negativamente en la estructuración multivariada del gesto motriz. El entrenador de los niños debe reconocer aquellos elementos positivos para potenciarlos y los elementos negativos deben ser reconocidos y analizados para reestructurarlos. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 78)

La actividad constructiva no es posible sin un conocimiento previo del sujeto, para así comprender, asimilar e interpretar nueva información, luego organizarla y transformarla en nuevas posibilidades. Estos cambios implican el uso de nuevas estructuras que antes no se poseían, estrategias que se utilizarán preferiblemente al comienzo de cualquier secuencia

didáctica, o antes de que los alumnos se involucren en cualquier tipo de actividad de consulta, discusión o integración en el material de aprendizaje en sí, individualmente o en colaboración.

Para comprender la asimilación de los aprendizajes previos, se debe tener en cuenta lo siguiente:

- Identificar previamente los conceptos centrales que los alumnos aprenderán.
- Ten en cuenta lo que se supone que deben aprender.
- Explore el conocimiento previo relevante de los estudiantes para decidir si activarlos o generarlos.

7.7.4 Principio del aprendizaje significativo

Para pozo (1994) un aprendizaje es significativo cuando puede incorporarse a las estructuras de conocimiento del sujeto, es decir, cuando el nuevo material adquiere significado para el mismo a partir de su relación con conocimientos anteriores. Para establecer la anterior relación el autor considera necesario que el material a aprender posea un significado en sí mismo, o sea: debe tener una relación no arbitraria o asociativa entre sus partes. Además considera necesario, que el alumno disponga de los requisitos cognitivos indispensables para asimilar ese significado. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 79)

Es importante resaltar que la enseñanza debe de ser orientada hacia la búsqueda de aprendizajes significativos en el educando, estos aprendizajes van muy ligados a los intereses y motivaciones de este, es por esto que el educador debe de encaminar sus objetivos en la búsqueda de lo anteriormente mencionado, teniendo en cuenta que los aprendizajes significativos, son estructuras de conocimiento que permiten los aprendizajes para la vida y son lo opuesto a los aprendizajes mecánicos y repetitivos.

7.7.5 Principio de la pedagogía participante

Este principio plantea que el entrenamiento deportivo infantil como medio de formación debe propender por vincular al máximo en sus procesos, no solamente al niño y al entrenador sino también a otros agentes fundamentales como los padres, los profesores del niño, los entes deportivos, etc. La participación debe ser efectiva, es decir, asumida como un compromiso permanente en las actividades de programación, financiamiento, control y evaluación, entre otros. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 79)

La pedagogía participativa debe tener en cuenta los siguientes aspectos: asignar el papel que los niños merecen ser sujetos de derechos como la participación, la libertad de expresión, etc., una parte integral de los procesos de aprendizaje de los niños durante Interacción en clase, medios de participación, proporcionando a los niños espacios básicos de desarrollo como la familia, la escuela y la vida social, reconociendo los derechos de los niños a ser escuchados y expresados independientemente de su edad o etapa de madurez, y aceptar los esfuerzos de los niños por pensar en una situación determinada que la merece pero que no da lugar a la transmisión de los demás.

7.7.6 Principio de conciencia y actividad

Este principio según Murcia, Camacho y Castillo (1991, p. 85) se refiere al nivel de comprensión del estudiante respecto a la tarea que va a desarrollar, cual es utilidad y cómo ejecutarla de forma activa y con interés; resaltan los autores la relación entre la motivación hacia la clase, con la forma como se desarrollen las tareas y su comprensión en el sentido de la actuación consciente de los alumnos, que sobrepone a la ejecución mecánica del gesto técnico, para Caleron, Navarro y Forteza de la Roza (1977, p. 48) los

principios de conciencia y actividad no pueden existir separadamente el uno y del otro. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 79)

Según lo anterior el aprendizaje significativo va ligado a los intereses y motivaciones del estudiante, lo cual implica la importancia de la conciencia del estudiante y la participación activa del educador, es por esto se debe propiciar un bagaje amplio de oportunidades, concepciones e inclinaciones con el fin de que el educando sea asertivo y tome buenas decisiones a la hora de elegir el deporte, o la modalidad a practicar a fin de que su rendimiento se de en las mejores condiciones y sea lo que realmente logre llamar su atención.

Vale la pena resaltar que en síntesis el objetivo de este principio va ligado a la búsqueda de la participación activa y creativa de los estudiantes a fin de formar seres que apoyen y cooperen el desarrollo de la inteligencia y por ende logren llevar una vida alegre y confiable, que a pesar de las dificultades lógicas de los procesos de enseñanza le sirvan para potenciar su seguridad personal.

7.7.7 Principio intuitivo

Este principio se refiere al hecho de que cualquier proceso de conocimiento comienza por la percepción del fenómeno estudiado. El aprendizaje de nuevas acciones motoras comienza por la percepción de estas, antes de ser asimilados, pasan por los órganos de los sentidos, mientras más órganos participan en la percepción de una nueva acción motora, más nítida será la presentación que obtendremos de la misma. En el entrenamiento deportivo, el principio intuitivo se puede desarrollar a través de métodos como el de la demostración de la acción, su representación gráfica y su observación en diferentes medios (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 80)

7.7.8 Principio de accesibilidad e individualización

Hace que el pedagogo promueva con sus alumnos solo aquellas tareas que ellos puedan entender, de acuerdo a los niveles de preparación que posean en un momento dado. Este principio está íntimamente relacionado con el principio de atención individual y colectiva. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 80)

Es importante destacar que todos los seres son diferentes a nivel morfológico, teniendo en cuenta que cada persona es un todo y reacciona de manera diferente ante estímulos externos, es por esto que lo que busca este principio es promover el desarrollo individual a fin de satisfacer las necesidades de cada ser.

7.7.9 Principio del fomento de la creatividad

Para Lora (1991, p. 474) se entiende la creatividad como “la capacidad que todo lo sujeto tiene de aprovechar las experiencias vividas y con ellas formar patrones, (ideas y situaciones) originales que anteriormente no han sido planteados o logrados por él. En las Escuelas de Formación y Entrenamiento Deportivo Infantil es motivo de mucho interés dinamizar procesos que vitalicen la creatividad de los sujetos. A través de los distintos momentos metodológicos, se promueve la creatividad como resultado del ejercicio del pensamiento. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 81)

Por esta razón, el ejercicio constante de ideas nuevas y constructivas es el medio por el cual la persona puede construir su significado profundo, lograr formas elevadas de autoafirmación y prepararse para el uso de diferentes tipos de expresiones que se presentan en su vida diaria.

7.7.10 Principio de socialización

De acuerdo con Murcia (1996) “debe ser preocupación de la educación física permitir que el alumno pueda integrarse al grupo escolar y en la realidad del entorno y además procurar su participación activa”. Por tales razones se ha de privilegiar el trabajo grupal sobre el individual porque es precisamente con el otro y con los otros con quienes puede confrontar sus experiencias y soluciones a los problemas individuales, posibilitando a través de este proceso las experiencias de diálogo, la capacidad para criticar, la adquisición de responsabilidad frente a los acuerdos de grupo. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 82)

El fútbol al ser un deporte de conjunto, permite al sujeto estar en constante interacción, diálogo y comunicación consigo mismo y con los demás, fortaleciendo el desarrollo individual y colectivo del grupo para afrontar problemáticas de una manera más democrática para el beneficio de todos.

7.7.11 Principio de la sistematización

Este principio se refiere a la continuidad del proceso de entrenamiento y la alternancia óptima de las cargas con el descanso de tal forma que sobre “las huellas” de la clase anterior, se construya y se afiance los aprendizajes motrices. Las EFDEI a partir de los componentes que los fundamentan (la matriz organizacional y el enfoque problemático) posibiliten el cumplimiento de este principio, en cuanto se hace necesario definir secuencias estructuradas de contenido, objetivos, procesos, cargas, intensidades, participación y evaluación. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, págs. 82-83)

En el fútbol es fundamental la sistematización de cada una de las sesiones de entrenamiento, ya que de este modo permitirá tener un control permanente y estructurado, facilitando el cumplimiento de objetivos y metas, individuales o colectivas.

7.7.12 Principio de adaptación a la edad y a la evolución

Este principio hace referencia a la necesidad de estructurar los procesos de entrenamiento teniendo en cuenta las características propias de la edad (edad cronológica, edad biológica -según el caso) y la evolución del desarrollo de cada niño en particular y del grupo en general. (Murcia Peña, Taborda Charrua, & Ángel Zuluaga, 1998, pág. 83)

En las escuelas de formación deportiva (fútbol) es de vital importancia categorizar a cada uno de los deportistas con el fin de agrupar procesos formativos, de acuerdo a su desarrollo biológico y motriz. Esto permitirá tener procesos estructurados y acordes a su edad.

7.8 ESTILOS DE ENSEÑANZA

El estilo de enseñanza indica la forma en que el profesor enseña, “su estilo como tal”, el modo de interactuar con los alumnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, es la forma en que enseña. En los términos de Delgado Noguera (1996: 1055) la manera de enseñar es: “el carácter especial que un profesor confiere a sus clases en cuanto al modo de expresar su concepción de la enseñanza y la educación, que actúa como un sello de personalidad (adaptado a la enseñanza)”. El estilo de enseñanza, es la forma en que el profesor desarrolla los procesos de enseñanza, las formas de relación y la comunicación con los alumnos. En el estilo, se descubre el papel (protagonista u orientador) que asume el maestro en la enseñanza, e igualmente, el papel (activo o pasivo) que se les confiere a los estudiantes en el aprendizaje. Esto se manifiesta en la forma como el profesor enseña.

A. Fernandez y J. Serramona, citados por Delgado (1993: 1052) expresan de manera clara el significado de lo que es estilo de enseñanza con el siguiente planteamiento: “la forma peculiar que tiene cada profesor de elaborar el programa, aplicar el método, orientar la clase y relacionarse con los alumnos; es decir el modo de conducir la clase”.(Escolar, 1993, párr. 17).

Guerrero (1996) dice que son características que el docente imprime a su acción personal, es decir, a la forma manera que tiene cada docente de conducir el proceso de enseñanza-aprendizaje, entre ellas se tiene el conocimiento de la materia que enseña, preparación, organización y desarrollo de la actividad académica, además los métodos de enseñanza, la relación docente-alumno, el ambiente del aula, el procedimiento de valoración y la personalidad.

Callejas y corredor (2002) dicen que es la manera propia y articular como el docente asume la mediación pedagógica para contribuir al desarrollo intelectual, ético, moral, afectivo y estético de sus estudiantes. Es una forma característica de pensar el proceso educativo y de realizar la práctica al poner en juego conocimientos, procedimientos a actitudes, sentimientos y valores.

Según Martínez (2009) los estilos de enseñanza son categorías de comportamiento que el docente exhibe habitualmente en cada fase o momento de la actividad de enseñanza, que se fundamenta en actitudes personales que le son inherentes, que han sido abstraídos de su experiencia académica y profesional, dependiendo de los contextos en los que se muestran y que pueden aumentar o aminorar los desajustes entre la enseñanza y el aprendizaje.

Todas esas definiciones demuestran que un docente tiene la libertad de ponerle el estilo propio a su clase pensando en las necesidades educativas o deportivas de los estudiantes con el fin de que el proceso de formación de ellos sea algo significativo.

7.8.1 Clasificación de los estilos de enseñanza

7.8.1.1 Tradicionales

Los estilos de enseñanza tradicionales se caracterizan por que el control que ejerce el profesor sobre las decisiones que afectan al proceso de enseñanza, de manera que influye en lo que va ser enseñado y evaluado en estos se encuentran dos tipos de estilos de enseñanza los cuales son:

7.8.1.1.1 La enseñanza mediante instrucción directa

Es aquella por la cual las respuestas de los alumnos, así como los estímulos que las motivan son el resultado de las decisiones tomadas por el profesor, ya que este dispone del conocimiento y experiencia necesarios.

7.8.1.1.2 Asignación de tareas

Luego de la explicación y demostración de las actividades por parte del profesor, los alumnos empiezan a trabajar en la ejecución de las actividades. Este se hace más responsable de lo que hace y se encarga de adaptar la tarea a sus posibilidades.

7.8.1.2 Estilos participativos

Son aquellos caracterizados por su tendencia a conseguir que el alumno participe activamente tanto en su propio proceso de aprendizaje como en el de sus compañeros, podemos distinguir la enseñanza recíproca, la enseñanza en pequeños grupos y la micro enseñanza:

7.8.1.2.1 Enseñanza recíproca Organización y realización de tareas encomendadas por el profesor de manera grupal, distribuyendo los papeles de tal forma que mientras unos ejecutan los demás hacen labores de observación y corrección, posteriormente aran cambio de roles

7.8.1.2.2 Enseñanza en pequeños grupos Es una variación del estilo de enseñanza recíproca constituido por pequeños grupos, asociados para la práctica, observación y corrección de las tareas propuestas.

7.8.1.2.3 Micro enseñanza Se Basa en la misma filosofía que la enseñanza recíproca y pequeños grupos, esta consta de una organización alrededor de un núcleo central integrado por un grupo de alumnos a los que el profesor transmitirá la información objeto de aprendizaje, para que estos a su vez actúen de la misma forma con el resto de la clase. El profesor se relaciona con los alumnos mencionados y ellos con el resto de la clase.

7.8.1.3 Estilos de enseñanza que tienden a la individualidad

Son aquellos que giran fundamentalmente alrededor del alumno teniendo en cuenta los diferentes intereses, el distinto ritmo de aprendizaje o los niveles de aptitud. A través del trabajo individualizado se intenta producir en el alumno una mayor motivación mediante la propia evaluación y toma de decisiones. (Contreras Jordán, 1998, pág. 286)

Dentro de este grupo de estilos de enseñanza se encuentran:

7.8.1.3.1 El programa individual: “Supone el máximo de individualización de la enseñanza, la labor del profesor es directa ya que cada alumno sigue su programa de forma independiente”. (Contreras Jordán, 1998, pág. 286)

7.8.1.3.2 Trabajo por grupos: “Se utiliza para hacer una individualización de la enseñanza por niveles de aptitud, a cuyo fin se ha de efectuar una evaluación inicial que determine dichos niveles”. (Contreras Jordán, 1998, pág. 287)

7.8.1.3.3 La enseñanza modular: Reúne todas las características del trabajo por grupos, diferenciándose tan solo en que el alumno puede elegir entre diferentes actividades, optando el alumno según sus intereses. (Contreras Jordán, 1998, pág. 287)

7.8.1.4 Los estilos de enseñanza cognitivos

Están basados en la psicología a partir de la investigación Bruner Vygotsky y Ausubel y demás autores reconocidos de este tema, es por eso que los estilos cognitivos se muestran aptos para aprendizaje de tareas abiertas, habilidades básicas y genéricas, situaciones tácticas o aquellas otras que impliquen expresión corporal así mismo resultan más indicados para tareas de tipo individual que colectivo. (Contreras Jordán, 1998, pág. 287)

7.8.1.4.1 El descubrimiento guiado Es importante resaltar que el profesor ejerce el papel de guía en el cual da una tarea y ofrece indicios a los estudiantes sin embargo nunca da la respuesta, lo que el profesor espera es conducir a el estudiante encuentre la respuesta por sí mismo.

7.8.1.4.2 Resolución de problemas Consiste en la búsqueda de alternativas para la resolución de problemas motrices, estimulando así la creatividad del alumno, lo que significa para él una gran independencia con respecto al maestro, en consecuencia es fundamental una buena selección de los problemas a resolver, de tal manera que sean relevantes tanto desde el punto de vista de la materia, como de la preparación y experiencia del individuo o grupo, es por eso que el propósito de resolver problemas no es la repetición de respuestas conocidas de antemano, en tal sentido el profesor debe saber el grado de dominio de sus alumnos para ajustar adecuadamente una serie de problemas en donde la solución nunca debe ser conocida por estos.

7.8.1.5 Estilos de enseñanza que promueven la creatividad

El objetivo principal de estos son fomentar la libertad y la libre expresión del ser de manera que le proporcione ayuda en la reflexión y toma de decisiones en las diferentes situaciones que se presentan en la vida cotidiana de cada persona, de ahí radita la importancia de que el docente haga uso de estos estilos en el siglo XXI.

7.9 ESTILOS DE ENSEÑANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Según Delgado Noguera, M.A. (1989) “los estilos de enseñanza se refieren a la forma como el profesor lleva a cabo su clase según los objetivos que deba cumplir”.

Para esto debe tener en cuenta las necesidades de los estudiantes a la hora de aprender con el fin de que ellos logren una mejor interiorización del conocimiento.

Existen diversos estilos de enseñanza que se utilizan según la finalidad de las clases y que se adaptan según la finalidad de la misma, y son:

7.9.1 Mando directo

En este estilo de enseñanza el profesor determina las actividades a ejecutar explicando, demostrando y estableciendo una serie de normas de se encargarán de determinar la fluidez de las mismas manteniendo una organización fija.

7.9.2 Asignación de tareas

Luego de la explicación y demostración de las actividades por parte del profesor, los alumnos comienzan a trabajar en la ejecución de las actividades. Este se hace más responsable de lo que hace y se encarga de adaptar la tarea a sus posibilidades.

7.9.3 Grupos por nivel

Se establecen varios grupos de trabajo en diferentes niveles donde se abordarán los mismos contenidos, pero en diferentes grados de aprendizaje.

7.9.4 Enseñanza recíproca

Los alumnos mismos se encargarán de ejecutar las actividades y corregirse los errores entre ellos organizados en parejas con el fin de analizar tanto sus errores como los de su compañero. En primera instancia uno de ellos se limitará a observar los movimientos de su compañero para luego corregirlo, luego, este será observado por su compañero.

7.9.5 Grupos reducidos

Este estilo de enseñanza es similar al de enseñanza recíproca con la diferencia de que se forman grupo de 3 a 5 estudiantes donde unos observan, otros ayudan, otros ejecutan, etc.

7.9.6 Micro enseñanza

Se formarán grupos en donde uno de los estudiantes (mayor nivel de aprendizaje) tomará el rol de maestro con el fin de ayudar a sus compañeros con el proceso de aprendizaje y al maestro con el proceso de enseñanza.

7.9.7 Resolución de problemas

El maestro plantea una actividad en donde los alumnos deben buscar la manera de cumplir el objetivo de esta planteando diferentes soluciones sin trasgredir las normas de la misma sin la ayuda del profesor.

7.9.8 Descubrimiento guiado

Se realiza el mismo planeamiento del estilo de enseñanza por resolución de problemas solo que en este, el profesor interviene solucionando parcialmente las dudas que van surgiendo de los alumnos en el desarrollo de las actividades.

7.10 ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Manera como el profesor aborda un tema utilizando diferentes recursos que le permitan al estudiante cumplir con el objetivo de la actividad. Estos son:

7.10.1 Analítica pura

La tarea se fragmenta en partes aisladas, ejecutándose a totalidad los componentes y sintetizándose todos al final.

7.10.2 Analítica secuencial

La tarea se divide en partes de manera secuencial, y va de lo simple a lo complejo.

7.10.3 Analítica progresiva

La tarea se divide en partes teniendo en cuenta que al dominar una parte se le podrán ir añadiendo progresivamente nuevos elementos.

7.10.4 Global polarizando la atención

Las tareas se ejecutan totalmente, pero la atención especial se enfoca en el punto clave de esta.

7.10.5 Global modificando la situación real

La tarea se ejecuta totalmente, pero se varían las condiciones de ejecución modificándose tanto para facilitarla la tarea como para modificarla si es necesario.

7.10.6 Mixta

Esta surge de la combinación de las estrategias de aprendizaje global y analítica, donde la tarea a realizar se expone de manera global y luego se lleva a la práctica una parte de estas de manera analítica y se finaliza de nuevo de forma global.

7.11 PROCESO DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO INFANTIL FASE INICIACIÓN

En el entrenamiento deportivo generalmente y de acuerdo al desarrollo de los deportistas se ha considerado la infancia como el periodo base o inicial de la formación deportiva, por lo que el entrenamiento de este periodo se le conoce comúnmente como el entrenamiento de base. De acuerdo al programa (orientado exclusivamente al rendimiento o a la formación) se definen edades de iniciación óptimas para la obtención de unos determinados rendimientos. Las escuelas de formación deportiva con enfoque integral, que no se fundamentan en el criterio “rendimiento” exclusivamente para promover la formación deportiva del niño, definen la edad óptima de iniciación entre los seis y siete años, teniendo en cuenta que, a esta edad los patrones básicos de movimiento (caminar, correr y saltar) ya se encuentran en un estado maduro y que por tanto su combinación y perfeccionamiento pueden asumirse en el contexto de un entrenamiento deportivo multifacético, cuidadoso y secuencial.

“La iniciación” en las escuelas de formación deportiva corresponde solo a un nivel comprendido entre los seis y los siete años y atiende esencialmente al mejoramiento y combinación de las categorías básicas del movimiento promoviendo acciones que permitan: afianzar las condiciones innatas del niño; aprovechar su energía y afán para

conducirlo por el camino de la formación integral; identificar dificultades que pueda tener el niño en su desarrollo y potenciar y estimular a niveles adecuados la creatividad y la autonomía. (Taborda Chaurra, Ángel Zuluaga , & Murcia Peña, 1998, pág. 123))

7.12 GUÍA METODOLÓGICA

Se define como un “instrumento metodológico que contiene un conjunto de procesos educativos, conceptos, sugerencias e instrucciones para desarrollar de manera eficaz y sostenida diferentes actividades” (Orellana, 1998)

También es el conjunto de principios pedagógicos, temas y pasos didácticos que deben tenerse en cuenta en un plan global de trabajo y hace referencia a algunos principios pedagógicos básicos que pueden ayudar en la toma de decisiones para estructurar las distintas actividades que se llevarán a cabo. La estructura de la guía debe de sostener y dar movilidad al desarrollo de capacitación y propiciar los elementos básicos que garanticen la coherencia e identidad del proceso de acuerdo al plan y permitir la flexibilidad del diseño y la realización de las actividades. (Cassells Vigil, 2005, pág. 6)

7.13 ESCUELA DE FÚTBOL

Ballesteros Romero estudiante de la Universidad Católica de Oriente en su tesis de grado “propuesta para la creación de una escuela de formación deportiva en la disciplina del fútbol como alternativa para el buen uso del tiempo libre de la niñez y la juventud del municipio de Villanueva”, expone lo siguiente:

Las escuelas de fútbol son estructuras curriculares de carácter pedagógico y procesos de formación deportiva, organizada por ciclos, encargados de contribuir a la formación física, intelectual, afectiva y social de los niños y jóvenes deportistas, propósito que se

logra a través de programas sistemáticos que permitan adquirir disciplina deportiva y de acuerdo con los intereses, elegir el deporte como salud, recreación y/o rendimiento. Las escuelas deportivas generarán espacios de participación a la comunidad escolarizada y desescolarizada. (Ballesteros Romero, 2017, pág. 16)

7.13.1 Objetivos de las escuelas deportivas

- Promover, incentivar y masificar técnicamente la formación deportiva de la niñez y juventud.
- Estimular el desarrollo psicomotor de los niños, niñas y jóvenes, para el logro de una actividad sana y saludable para su vida.
- Incentivar el derecho al movimiento en los niños, niñas y jóvenes como posibilidad de expresión individual.
- Fomentar el desarrollo del niño a través de la superación física y la competición.

(Tol, 2014, pág. 20)

- Implementar estrategias de enseñanza en pro del fortalecimiento de los procesos formativos de los deportistas.
- Proponer actividades que tengan en cuenta la participación de la familia generando espacios que le aporte un desarrollo integral a los deportistas.
- Estimular la expresión libre del movimiento permitiendo explorar todas las riquezas.
- Favorecer la convivencia y el desarrollo de todos los valores humanos, éticos y deportivos.

7.13.2 Componentes básicos de la escuela deportiva

Las escuelas de fútbol tienen como componentes básicos los siguientes:

- Profesores y técnicos: El personal docente y técnico a cargo de los programas deberá ser integrado por pedagogos en las áreas de educación física, recreación y deportes, debidamente capacitados en el trabajo con niños.
- Implementación: Las Escuelas de Formación y Tecnificación Deportiva deberán contar con la implementación y material didáctico básico requerido para el desarrollo de los programas (esta adquisición es compromiso de cada escuela deportiva). (Tol, 2014, p. 22)

7.14 CATEGORÍAS EN EL FÚTBOL

7.14.1 Primer nivel (*seis a ocho años*)

Teniendo en cuenta que es la edad de la imaginación y del juego se tienen los siguientes objetivos:

- Aprovechar las aptitudes naturales y propias del niño, para iniciarlo con entusiasmo en la práctica deportiva futbolística.
- Exaltar con estímulo verbal y de otro tipo al deportista por las conductas positivas, así como corregir las negativas, esto se realiza continuamente.

7.14.2 Segundo nivel (*nueve a once años*)

Aprovechando la época de una inteligencia concreta se profundiza el hábito del dominio del balón y el sentido de la ubicación espacial, su objetivo es: promover y desarrollar hábitos colectivos de juego en razón de sus valores de socialización en creciente progreso.

7.14.3 Tercer nivel (*doce a catorce años*)

Época de la socialización adulta, manejo de normas y valores, desarrollo de la inteligencia abstracta entrada a la adolescencia que permite el siguiente objetivo: asimilar y perfeccionar los fundamentos, físicos, técnicos y tácticos.

7.15 ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA EN COLOMBIA

El Ministerio de Educación Nacional a través de Coldeportes, ha definido los lineamientos teóricos que deben enmarcar las escuelas de formación deportiva. Según esta entidad, las escuelas de formación deben considerarse como “estructuras de carácter pedagógico fundamentalmente deportivo encargadas de la formación intelectual, física, técnica y social, que mediante programas sistematizados orienten y proyecten al mayor número de niños a incorporarse al deporte de rendimiento en forma progresiva”. Sus objetivos, centrados en “aportar deportistas preparados para la competición en el deporte asociado del país” se relacionan con la división del proceso en fases que van desde la educación psicomotriz y de las formas básicas de movimiento, hasta la formación de estereotipos altamente perfeccionados de un deporte específico. En primer lugar, proponen una fase de iniciación deportiva con énfasis en la psicomotricidad sugiriendo como medios a la recreación, la irradiación y la rotación deportiva; en segundo lugar, establecen la fase de fundamentación deportiva; y, en tercer lugar, definen una fase a la que llaman de técnica y competencia. (Taborda Chaurra, Ángel Zuluaga , & Murcia Peña, 1998, pág. 30)

8. MARCO CONTEXTUAL

ASDI nace como una necesidad sentida en la comunidad del Oriente antioqueño en el momento histórico cuando los orientales entregan toda su pujanza hacia la unificación y el progreso de toda la región al finalizar la década de los 80 y comienzo de los 90; donde hay una maravillosa explosión intelectual y empresarial con la aparición de instituciones como la Universidad Católica del Oriente, Colegio Funorie (Fundación Universitaria del Oriente), Masora (Municipios Asociados del Altiplano del Oriente Antioqueño), la participación social con la elección popular de alcaldes y muchas otras, entre ellas ASDI.

ASDI nació en un congreso internacional de informática en la década de los 80 cuando su fundador el Doctor Jaime Horacio Gómez Arcila se desempeñaba como director del Centro de Difusión Informática de la Presidencia de la República en el año de 1989 con motivación y formación de empresarios intelectuales a nivel nacional.

ASDI, una institución con amplia trayectoria en educación a servicio del Oriente antioqueño con proyección departamental y nacional, está ubicada en el municipio de Rionegro, zona centro Calle del Estanco con cómodo y fácil acceso, moderna infraestructura y acogedor ambiente para estudiar, además, cuenta con una sucursal en el municipio de Marinilla parque Carolina Gómez.

Aprobada por las resoluciones 005631 del 25 de abril de 1991; 009187 de noviembre 11 de 1994 y 1942 de marzo 6 de 2003; reconocida por el Sena para contratos de aprendizaje.

ASDI ofrece programas técnico laboral por competencias en: Asistente Administrativo, Mercadeo y Ventas, Secretariado Ejecutivo, Contabilidad y Finanzas, Mantenimiento de

Computadores y Equipos, Comercio Exterior, Gestión del Talento Humano, Diseño Gráfico, Diseño de Modas y Asistente a la Primera Infancia.

Actualmente es reconocido por el Sena para realizar contratos de aprendizaje, de acuerdo a lo estipulado en la ley 789 de 2002. Presta orientación psicológica por y para toda la comunidad educativa permitiendo un ambiente de estudio en las mejores condiciones. Capacita en horarios flexibles y rotativos en distintas jornadas: mañana, tarde y noche, fines de semana: sábados o domingo todo el día. ASDI en convenio con el Ministerio de Industria, Comercio y Turismo ofrece la cátedra CEIM (Cátedra de Edificación Industrializada y Medio Ambiente), la cual es una cátedra de empresarismo y emprendimiento con impacto nacional y futuro internacional para formar los futuros empresarios del país. (POLITÉCNICO ASDI, 2018)

En el 2019 ASDI ha sido nombrada como politécnico según la resolución número 59571 de 07 de agosto del 2018 por la superintendencia de industria y comercio.

A nivel comunitario pretende articular los procesos educativos al entorno, a través de la participación activa en mesas de trabajo sectoriales, ferias y eventos educativos. Además de fortalecer la creación de diversos espacios de bienestar a nuestra comunidad, por tal razón, fundó en el marco de su razón social, una escuela de fútbol en el año 2013, donde inicialmente, acudían 30 niños, en el barrio Santa Teresa del municipio de Rionegro.

En este momento se cuentan con 160 niños, los cuales, participan en torneos realizados por el Instituto Municipal de Deporte de Rionegro (IMER).

A lo largo de su historia la Escuela de Fútbol ASDI ha conseguido diferentes títulos a nivel departamental coronándose cinco veces campeón y cuatro veces subcampeón del torneo

IMER Rionegro. Además de esto, sus deportistas han representado el municipio en torneos escolares, Pony fútbol y en la Liga Antioqueña de Fútbol.

El principal objetivo de la escuela es formar primero que todo personas integra y luego deportistas.

9. MARCO LEGAL

Estas son las bases legales que sustentan este proyecto de investigación:

9.1 CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA DE 1991 EN EL TÍTULO 1 "DE LOS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES"

9.1.1 Artículo 1

Expone que “Colombia es un Estado social de derecho, organizado en forma de republica unitaria, descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, democrática, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana, en el trabajo y la solidaridad de las personas que la integran y en la prevalencia del interés general”.

9.1.2 Artículo 67

"Educación", que señala, entre otros "la igualdad de toda persona humana, la inalienabilidad de los derechos de las personas sin discriminación alguna; la protección especial a personas que, por condición económica, física o mental, se encuentren en condición de protección especial".

9.2 LEY 115 DE FEBRERO 8 DE 1994 (LEY GENERAL DE EDUCACIÓN)

"Por la cual se expide la ley general de educación". De forma particular en el Título III "Modalidades de atención educativa a poblaciones", Capítulo 1 "Educación para personas con limitaciones o capacidades excepcionales".

9.2.1 Artículo 46

“Integración con el servicio educativo, menciona: la educación para personas con limitaciones físicas, sensoriales, psíquicas, cognoscitivas, emocionales o con capacidades intelectuales excepcionales, es parte integrante del servicio público educativo”.

9.3 RESOLUCIÓN 2565 DE OCTUBRE 24 DE 2003

"Por la cual se establecen parámetros y criterios para la prestación del servicio educativo a la población con necesidades educativas especiales".

9.4 LEY 181 DE ENERO DE 1965

“Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación física y se crea el sistema nacional del deporte”

9.4.1 Artículo 12

Anota que “Corresponde al instituto colombiano del deporte, Coldeportes, la responsabilidad de dirigir, orientar y coordinar el desarrollo de la educación física extraescolar como un factor social y determinar las políticas, planes, programas y estrategias para su desarrollo, con fines de salud, bienestar y condición física para niños, jóvenes, adultos, personas con limitaciones y personas de la tercera edad”.

9.4.2 Artículo 24

Señala que “los organismos que integran el sistema nacional del deporte fomentarán la participación de personas con limitaciones físicas, sensoriales, psíquicas, en sus programas de deporte, recreación, aprovechamiento del tiempo libre y educación física orientándolas a su rehabilitación e integración social”.

Lo que actualmente realiza el instituto ASDI, con su programa de inclusión social “deficiencia motora”, ayudando a aquellos niños que poseen un déficit en sus condiciones físicas, en su desarrollo motor, para fortalecer sus capacidades.

9.4.3 Artículo 47

Hace referencia “al sistema nacional del deporte, que tiene como objetivo generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento a la calidad de vida de los colombianos”.

9.5 ESTÁNDARES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

La Constitución Política de 1991 y la Ley General de la Educación (Ley 115 de 1994) son quienes establecen los estándares básicos de la educación física y están estructurados por bloques fundamentales de la siguiente manera:

9.5.1 Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices

Según Castañer y Camerino (1996) “Lo perceptivo motriz es una dimensión directamente derivada de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central”.

Se basa en el desarrollo de la diferenciación sensorial, de las funciones propioceptivas (fundamentales en el reconocimiento del propio cuerpo) y la actividad tónico postural ortostática, y en la identificación y el conocimiento del mundo exterior (funciones exteroceptivas), aspecto en el que confluyen la interacción con el mundo objetual (los objetos) y la relación con los otros, dentro de las coordenadas espacio-temporales. (Institución Educativa La Candelaria, 2017, p. 194)

9.5.2 Desarrollo de las capacidades físico motrices

El desarrollo de las capacidades condicionales, es de carácter predominantemente cuantitativo, motivo por el cual su desarrollo y evolución es más fácilmente evaluable y observable (crecimiento y desarrollo de masa y/o funciones de algunos órganos y sistemas del cuerpo, como el muscular, óseo, respiratorio, eficiencia y eficacia en las relaciones espacio-tiempo durante la ejecución de tareas motrices, medición de cargas en Kg., etc.) que el desarrollo de las capacidades coordinativas, perceptivo motrices, cognitivas y volitivas, razón por la cual en muchas ocasiones, la fuerza, la velocidad, la resistencia y la movilidad se constituyen en el medio más utilizado por los profesores para la elaboración y ejecución de los programas de Educación Física, olvidándose de la necesidad de un trabajo integral que considere la interacción permanente de todas las capacidades, como lo requiere el niño para su adecuado desarrollo. (Uribe Pareja, Gaviria Cortes, Chaverra Fernández, & Veléz Castañeda, 2009, pág. 2)

9.5.3 Desarrollo de las capacidades socio motrices

“Lo socio motriz está estructurado de manera compleja y complementaria por las dimensiones introyectiva, comunicativa y la interacción, asuntos que se develan y expresan por

medio del juego colectivo, la imaginación, la expresión y la creatividad.” (Uribe et ál., 2003, p. 76).

9.6 LEY 115 DE 1994 DEL CONGRESO NACIONAL

La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal en sus niveles preescolar, básica (primaria y secundaria) y media, no formal e informal, dirigida a niños y jóvenes en edad escolar, a adultos, a campesinos, a grupos étnicos, a personas con limitaciones físicas, sensoriales y psíquicas, con capacidades excepcionales, y a personas que requieran rehabilitación social. (Lombana Suárez, 2011, p. 24)

9.6.1 Según la ley 115 del artículo 104

El educador es el orientador en los establecimientos educativos, de un proceso de formación, enseñanza y aprendizaje de los educandos, acorde con las expectativas sociales, culturales, éticas y morales de la familia y la sociedad. Como factor fundamental del proceso educativo:

- Recibirá una capacitación y actualización profesional;
- No será discriminado por razón de sus creencias filosóficas, políticas o religiosas;

- Llevará a la práctica el Proyecto Educativo Institucional, y
- Mejorará permanentemente el proceso educativo mediante el aporte de ideas y sugerencias a través del Consejo Directivo, el Consejo Académico y las Juntas Educativas. (Preliminares, 1994, p.22)

9.6.2 Artículo 109

Finalidades de la formación de educadores. La formación de educadores tendrá como fines generales:

- Formar un educador de la más alta calidad científica y ética;
- Desarrollar la teoría y la práctica pedagógica como parte fundamental del saber del educador;
- Fortalecer la investigación en el campo pedagógico y en el saber específico, y preparar educadores a nivel de pregrado y de posgrado para los diferentes niveles y formas de prestación del servicio educativo. (Preliminares, 1994, p. 23)

9.6.3 Artículo 110

Mejoramiento profesional. La enseñanza estará a cargo de personas de reconocida idoneidad moral, ética, pedagógica y profesional. El Gobierno Nacional creará las condiciones necesarias para facilitar a los educadores su mejoramiento profesional, con el fin de ofrecer un servicio educativo de calidad.

La responsabilidad de dicho mejoramiento será de los propios educadores, de la Nación, de las entidades territoriales y de las instituciones educativas. (Preliminares, 1994, p.23)

10. DISEÑO METODOLÓGICO

10.1 TIPO: INVESTIGACIÓN MIXTA

De la combinación de ambos enfoques, surge la investigación mixta, misma que incluye las mismas características de cada uno de ellos. Grinnell (1997), citado por Hernández et al (2003:5) señala que los dos enfoques (cuantitativo y cualitativo) utilizan cinco fases similares y relacionadas entre sí:

- a) Llevan a cabo observación y evaluación de fenómenos.
- b) Establecen suposiciones o ideas como consecuencia de la observación y evaluación realizadas.
- c) Prueban y demuestran el grado en que las suposiciones ó ideas tienen fundamento.
- d) Revisan tales suposiciones ó ideas sobre la base de las pruebas o del análisis.
- e) Proponen nuevas observaciones y evaluaciones para esclarecer, modificar, cimentar y/o fundamentar las suposiciones o ideas; o incluso para generar otras. (Ruiz, 2011, p.158)

Enfoques de la investigación científica

CUALITATIVA O INDUCTIVA	CUANTITATIVA O DEDUCTIVA	MIXTA O COMBINACION
Inmersión inicial en el campo	Encuestas	Incluye las características de los enfoques cualitativo y cuantitativo.
Interpretación contextual	Experimentación	
Flexibilidad	Patrones (relaciones entre variables)	
Preguntas	Preguntas e hipótesis	
Recolección de datos	Recolección de datos	

Ilustración 1: Enfoques de la investigación científica

Las cualidades de ambos enfoques de investigación, cualidades que resultan valiosas y que han realizado aportaciones notables al avance de la ciencia, comparativamente

hablando ninguno es mejor que el otro, la combinación de ambos nos permite obtener mejores resultados en la investigación. (Ruiz, 2011, p.159)

Considerando las características de ambos enfoques, por una parte el enfoque cuantitativo al utilizar la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente y al confiar en la medición numérica, el conteo y la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población, y por otra parte, el enfoque cualitativo, al utilizarse primero en descubrir y refinar preguntas de investigación y al basarse en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones y por su flexibilidad se mueve entre los eventos y su interpretación, entre las respuestas y el desarrollo de la teoría. (Ruiz, 2011, p.159)

Según lo anterior esta investigación cuenta con un enfoque mixto ya que reúne datos cualitativos y cuantitativos en el momento de analizar los resultados obtenidos dentro de las técnicas e instrumentos de la misma, ya que llevaremos a cabo observaciones y tabulaciones de datos que nos apunten a la consecución del objetivo principal.

10.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

La escuela de fútbol de ASDI cuenta con una población aproximada a los 160 niños de los cuatro a los 17 años de edad. La investigación se realizará con los niños de la categoría iniciación, que oscilan aproximadamente entre los 20 y 25 deportistas.

10.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Se les realizará una entrevista a los profesores para la recolección de datos, el instrumento utilizado será el cuestionario.

11. DISEÑO DE LA GUÍA METODOLÓGICA

11.1 DESCRIPCIÓN DE LA GUÍA

La guía metodológica estará dividida en ejes temáticos quienes a su vez estarán divididos en subtemas que le permitirán al entrenador tener un orden adecuado para la enseñanza de las habilidades motrices de locomoción.

En cada eje temático se abordarán todas las capacidades estipuladas por la guía curricular de Antioquia que nos propone el ejercicio de abordar temas que le permitirán al niño tener un adecuado desarrollo de sus habilidades motrices.

11.2 PROPÓSITO DE LA GUÍA

La guía metodológica será un instrumento que le permita a los entrenadores contribuir al mejoramiento de sus clases para que los niños puedan tener un buen desarrollo de las habilidades motrices de locomoción caminar, correr y saltar partiendo de un orden adecuado que les permita a ambos mostrar resultados favorables en un futuro.

11.3 METODOLOGÍA

El entrenador debe ser consciente de que al niño se le deben proporcionar diferentes estilos y métodos de aprendizaje con el fin de que este explore sus diferentes maneras de adquirir el conocimiento que en este caso sería mejorar el desarrollo de las habilidades motrices de locomoción caminar, correr y saltar en el fútbol. Además de ello es importante que el niño tenga a la semana como mínimo dos estímulos físicos ya que de esta manera el cuerpo de los niños generará adaptaciones orgánicas que permitirán evidenciar los resultados y el impacto que ha tenido la implementación de la guía.

11.3.1 Estrategias (ver página 62)

- Globales
- Analíticas

11.3.2 Estilos de enseñanza (ver página 55)

- Mando directo
- Asignación de tareas
- Grupos reducidos
- Grupos por niveles
- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas
- Enseñanza recíproca
- Micro enseñanza

11.4 CONTENIDO

11.4.1 Primer eje temático: CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES (ver página 32)

- Esquema corporal: identificación de funciones corporales
- Ajuste postural: conciencia corporal
- Tonicidad: tensión relajación
- Independencia segmentaria: Superficies de contacto
- Orientación espacial: relación objeto espacio.
- Lateralidad: trabajo de desplazamiento.
- Equilibrio: recuperación y control postural
- Coordinación: dinámica general y visomanual y pédica

11.4.2 Segundo eje temático: CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES (ver página

24)

- Fuerza: fuerza veloz y fuerza de resistencia
- Velocidad: velocidad de reacción y velocidad de desplazamientos
- Resistencia: aeróbica y anaeróbica
- Flexibilidad: dinámica

11.4.3 Tercer eje temático: CAPACIDADES SOCIOMOTRICES (ver página 37)

- Expresión
- Comunicación
- Movimiento

11.4.4 Cuarto eje temático: Habilidades motrices de locomoción (ver página 38)

- Caminar
- Correr
- Saltar

11.4.5 Evaluación

Inicialmente se realizaron unos test con el fin de evaluar las condiciones actuales en las que se encuentran los niños. Luego de que se lleve a cabo la implementación de la guía se hará una evaluación trimestral implementando los mismos test con el fin de evaluar y valorar los avances que han tenido los niños con relación a la guía.

12. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Nos apoyaremos en gráficas que evidencien los resultados adquiridos, estos los compartiremos con la comunidad de diversas formas: en reuniones, con los padres de familia-profesores, y sesiones de entrenamiento donde se socializarán los alcances de dicho trabajo.

12.2 DIAGNÓSTICO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

12.2.1 Entrevista

Alonso (2007, p. 228) nos indica que: (...) la entrevista de investigación es por lo tanto una conversación entre dos personas, un entrevistador y un informante, dirigida y registrada por el entrevistador con el propósito de favorecer la producción de un discurso conversacional, continuo y con una cierta línea argumental, no fragmentada, segmentada, pre codificado y cerrado por un cuestionario previo del entrevistado sobre un tema definido en el marco de la investigación.

Se aplicó la entrevista a los cinco profesores de la Escuela de Fútbol ASDI, que en su totalidad fueron hombres.

12.2.1.1 Formato

UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ORIENTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Fecha:

Nombre del entrevistado:

Cargo:

Objetivo: Identificar el nivel de conocimiento de los profesores de la escuela de fútbol ASDI sobre la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción que nos brinde la información para la construcción de un diagnóstico.

CUESTIONARIO

1. ¿Qué y cuáles son las habilidades motrices básicas de locomoción?
2. ¿Cuáles son las habilidades motrices básicas de locomoción más necesarias en el fútbol?
3. ¿Cómo trabaja dichas habilidades en la escuela?
4. ¿Qué estrategias y métodos utiliza para fortalecer dichas habilidades?
5. ¿Cuánto tiempo le dedica al fortalecimiento de dichas habilidades en cada sesión de clase?

Ilustración 2: formato de entrevista

12.2.2 Análisis de entrevista

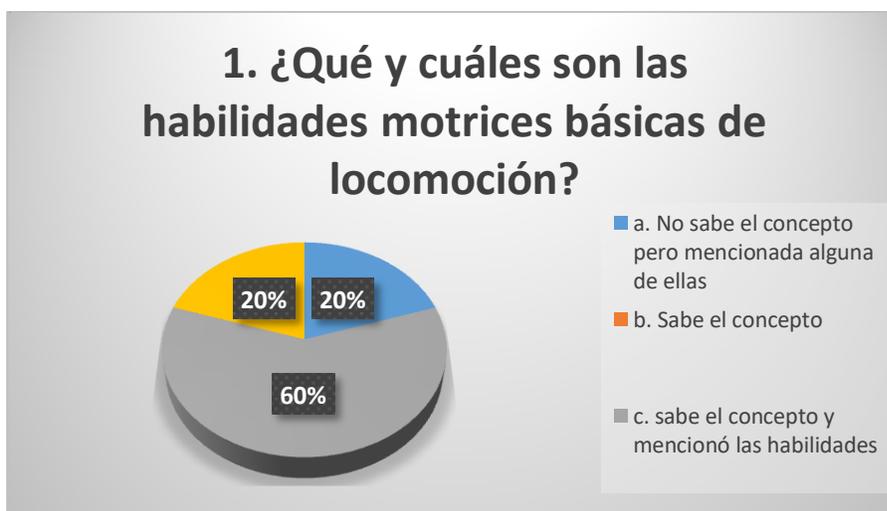


Ilustración 3: HBM locomoción

El 20% de los entrenadores no tiene claro el concepto de habilidades motrices básicas de locomoción, pero menciona algunas de estas, otro 20% tiene claro el concepto, pero no menciona las habilidades y el 60% tiene claro el concepto y menciona las habilidades.

Según Contreras (2005) las habilidades motrices básicas de locomoción son aquellas en las que se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes. Y destaca las siguientes: caminar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar y bajar.

Es importante que el total de la población encuestada tenga claro el concepto y la clasificación de dichas habilidades, ya que el grupo investigador supone que es de mucha importancia que el entrenador tenga clara esta información, más aún cuando la población encuestada que no mostró buenos resultados es aquella que dentro de la escuela de fútbol ASDI es la encargada de trabajar con las categorías de iniciación, y en esta etapa es de vital importancia el desarrollo motriz del deportista.

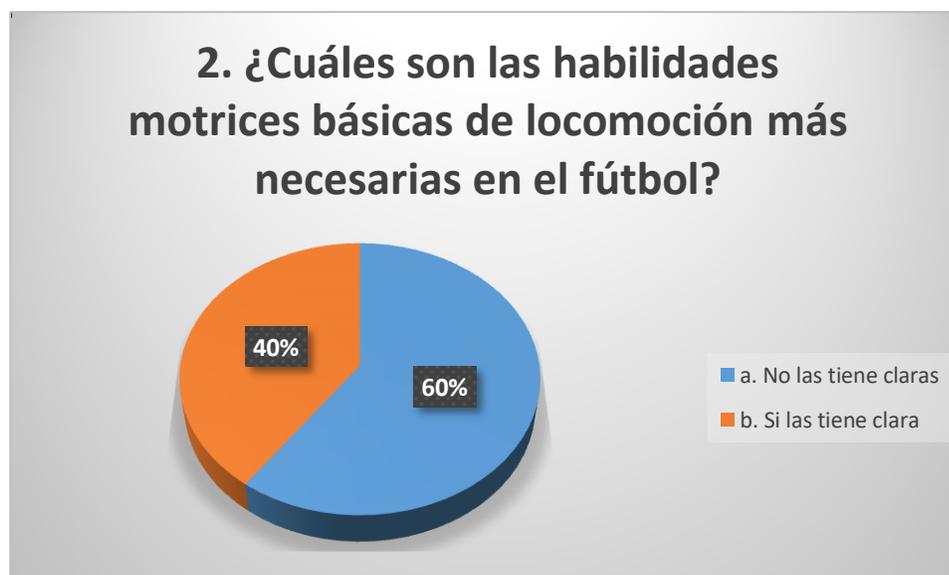


Ilustración 4: HMB locomoción en el fútbol

El 40% de los entrenadores no tiene claro cuáles son las habilidades motrices de locomoción que más se utilizan en el fútbol, mientras que un 60% restante si lo hace.

Luego de realizar un rastreo bibliográfico no se encontraron autores que respalden la interpretación de estos resultados, por tal motivo, el análisis que se llevó a cabo se basó en nuestros aprendizajes como estudiantes de la licenciatura en la educación física recreación y deportes, como deportistas y entrenadores. Llegando a la conclusión que las habilidades motrices básicas de locomoción que más se utilizan en el fútbol son: caminar, correr y saltar, ya que este deporte requiere de desplazamientos continuos en diferentes direcciones y formas.

Si los entrenadores no tienen claridad sobre cada una de estas habilidades motrices de locomoción, el desarrollo motriz del niño se podría ver afectado. Es por eso que es necesario seguir unos patrones de progresión en la enseñanza de acuerdo a la edad cronológica del niño, teniendo en cuenta que no es debido enseñar primero a saltar sin antes tener una estructura básica de carrera, lo que podría implicar una mala ejecución de un gesto deportivo.

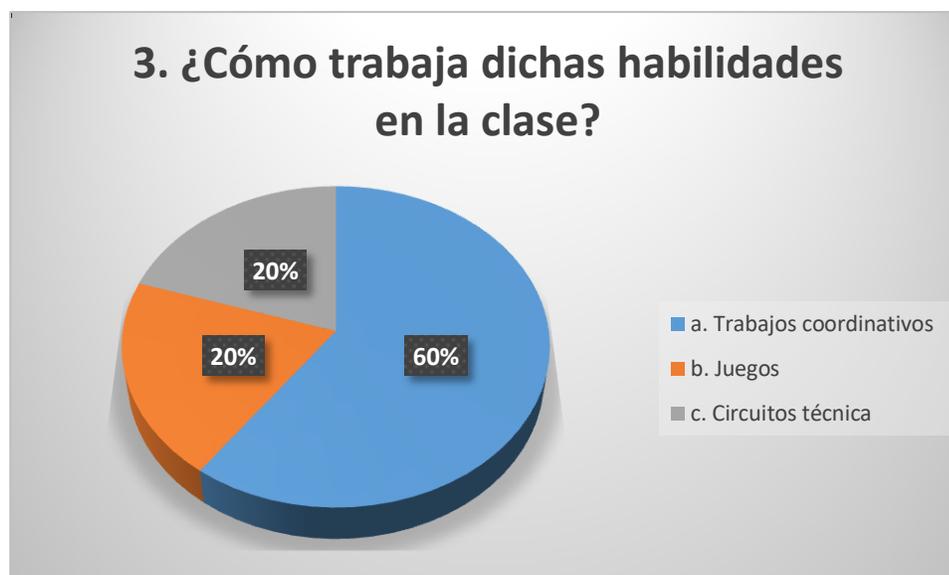


Ilustración 5: HMB locomoción en clase

El 20% de los entrenadores trabaja las habilidades motrices básicas de locomoción por medio de juegos, otro 20% por medio de circuitos técnicos y el 60% restante lo hace por medio de trabajos coordinativos.

Según el programa Grassroots de la FIFA. Los contenidos del entrenamiento (6 a 8 años) se pueden implementar estrategias tales como:

- Técnica básica de fútbol
 - Ejercicios de coordinación
 - Juegos de estimulación
 - Familiarización con el balón Partidos reducidos: partidos de 4 contra 4, 5 contra 5
- Alternancia: partidos
- Juegos de estimulación, ejercicios
 - Grupos o equipos equilibrados. Jugar, disfrutar

Se evidencia que los entrenadores implementan dentro de las secciones de entrenamiento, los trabajos coordinativos, circuitos técnicos y juegos como lo manifestó anteriormente la FIFA, sin embargo, no cuentan con una estructura organizada y planificada.

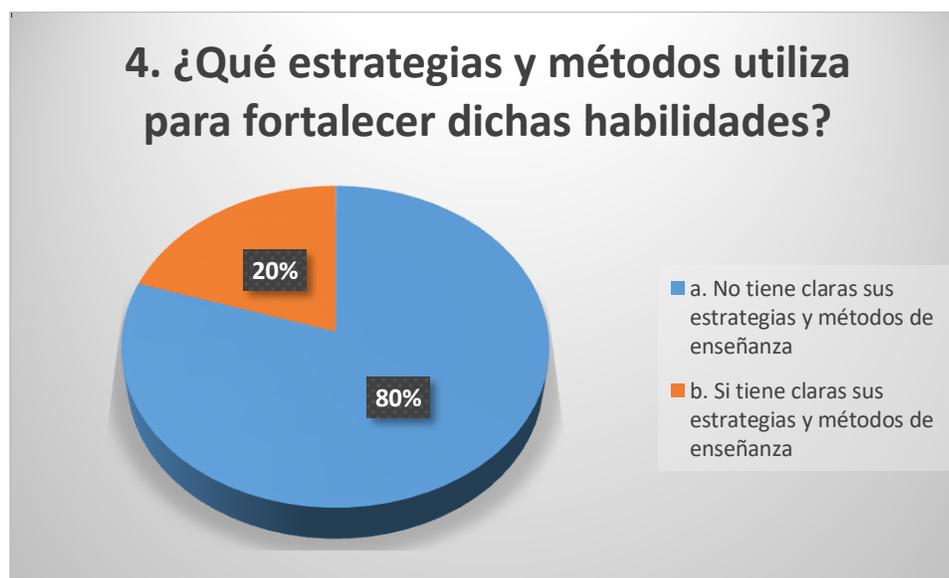


Ilustración 6: HMB locomoción métodos

El 20% de los entrenadores no tiene claro que estrategias y métodos de enseñanza utiliza en sus sesiones de clase, mientras que un 80% si lo hacen.

En general las estrategias de enseñanza se conciben con los procedimientos utilizados por el docente para promover aprendizajes significativos, implican actividades consientes y orientadas a un determinado fin. El adecuado y consiente uso de las estrategias conllevan a una “instrucción estratégica interactiva” y de alta calidad. Según Beltrán el instructor estratégico debe ser un verdadero mediador, y un modelo para el alumno. El docente debe de dirigir sus acciones a influir en los procesos de aprendizaje de los alumnos. Las estrategias utilizadas deben de reunir las siguientes características:

- Deberán ser funcionales y significativas.

- Debe haber una conexión entre las estrategias enseñadas y las percepciones del estudiante sobre el contexto de la tarea.
 - Los estudiantes deben creer que las estrategias son útiles y necesarias.
 - Una instrucción eficaz y con éxito genera confianza y creencia de autoeficiencia.
 - Los materiales instruccionales deben ser claros, bien elaborados y agradables.
- (Pineda, 2003, pág. 8 y 9)

En la labor de los docentes y entrenadores es de vital importancia tener claridad acerca de los métodos y estrategias que implementa en sus sesiones de entrenamiento, ya que después de tener el objetivo claro, dichas estrategias le permitirán orientar sus sesiones de clase en la consecución de este y los deportistas tendrán como modelo al entrenador, lo cual implica despertar y cautivar la voluntad de estos. En la escuela de Fútbol ASDI se hace necesario que los entrenadores le den la importancia que este tema realmente requiere, puesto que de esto depende en gran parte, el desarrollo de sus clases y cumplimiento de objetivos.

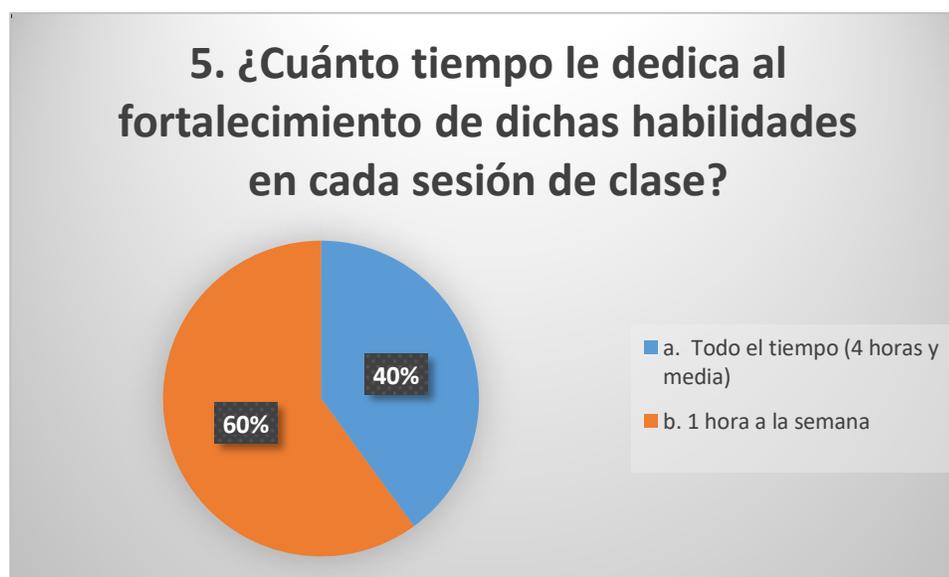


Ilustración 7: HMB locomoción fortalecimiento

El 40% de los entrenadores trabaja constantemente de manera indirecta el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas de locomoción mientras que el 60% lo hace directamente una hora a la semana.

Según Albert Ballata Flores (2000) la duración de la práctica deberá para ser optima, estar condicionada por diferentes aspectos:

- La edad de los sujetos de tal forma que, a menor edad, menor debe ser el tiempo de práctica
- La complejidad de las tareas: a mayor dificultad menor tiempo de práctica
- El nivel de los aprendices: a menor nivel, menores tiempos de práctica

Por otro lado, y con relación a la distribución de las sesiones de práctica, parecen ser más efectivas las sesiones cortas y seguidas que las largas y distanciadas. (Flores, 2000, pág. 34)

Es primordial resaltar la importancia que tiene la dosificación de las cargas en la planificación del entrenamiento deportivo ya que una mala distribución puede ocasionar daños en el desarrollo motriz del niño. Es por esto que el tener claridad en el concepto de dosificación de las cargas se hace de vital importancia para lograr adaptaciones orgánicas en los deportistas, por este motivo el darle a conocer a los entrenadores los parámetros de una dosificación adecuada es fundamental ya que los resultados arrojados por la entrevista no lo clarifican y se evidencia el desconocimiento de este.

13. CONCLUSIONES

Una vez finalizado el proyecto de investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

- En la categoría de iniciación es necesario conocer, aplicar y profundizar en los conceptos que permitan un desarrollo óptimo de las habilidades motrices básicas de locomoción.
- El diseño de la guía metodológica les permitirá a los profesores conocer, interiorizar y aplicar nuevas metodologías para sus sesiones de entrenamiento.
- El diseño de la guía metodológica les permitirá a los niños de la categoría iniciación de la Escuela de Fútbol ASDI lograr un desarrollo motriz adecuado para el fútbol teniendo en cuenta su edad y utilizando el juego como herramienta pedagógica.
- En la escuela de Fútbol ASDI se hace necesario que los entrenadores le den la importancia necesaria al tema de la enseñanza de las habilidades motrices básicas de locomoción ya que podría generar aprendizajes significativos en los deportistas que marcarán la diferencia del inicio y el final del proceso formativo.

14. BIBLIOGRAFÍA

Bascón, M. Á. (Diciembre de 2010). *Revista innovación y experiencias educativas*. Obtenido de <http://jorgegarciajomez.org/documentos/hmbasicas.pdf>

Batalla Flores. (2000). *Habilidades Motrices*. Barcelona. INDE publicaciones.

Cassells Vigil. (2005). *Docplayer*, <http://docplayer.es/6475659-Universidad-nacional-agraria-diseno-de-una-guia-metodologica-para-la-elaboracion-de-un-plan-de-gestion-ambiental-a-nivel-institucional.html>

Chaverra Hernandez , B. H., & Uribe Pareja , I. D. (2007). *Aproximaciones epistemologicas y pedagogicas a la educación física: un campo en construcción*.

Contreras Jordán, O. R. (1998). *Didáctica de la Educación Física*. Barcelona: INDE.

Eurofit. (2009). *Eurofit*. Obtenido de <http://www3.ubu.es/blogubuabierta/wp-content/uploads/2014/07/protocolosEUROFIT-1.pdf>

Fernández García, Gardoqui Torralba, Sanchez Bañuelos, (2007). *Google books*, <https://books.google.com.co/books?id=xAkPmIG7xdQC&pg=PA14&lpg=PA14&dq=cuya+caracter%20ADstica+principal+es+el+manejo+y+dominio+del+cuerpo+en+el+espacio+sin+una+locomoci%C3%B3n+comprobable&source=bl&ots=YI6aMOBlox&sig=ACfU3U2uqxKzS73AAQ9-W3v1DNm4OHofLQ&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwigtNqpnaHiAhVsvFkKHVoyAhUQ6AEWAHoECACQAQ#v=onepage&q=cuya%20caracter%20ADstica%20principal%20es%20el%20manejo%20y%20dominio%20del%20cuerpo%20en%20el%20espacio%20sin%20una%20locomoci%C3%B3n%20comprobable&f=false>

Flores, A. B. (2000). *Habilidades motrices* . Barcelona: INDE.

Iván Dario Uribe Pareja, D. F. (2009). *Guia Curricular para la Educación Física*. Medellín: Universidad de Antioquia.

Murcia Peña, N., Taborda Charrua, J., & Ángel Zuluaga, L. F. (1998). *Escuelas de formación deportiva y entrenamiento deportivo infantil*. Armenia : Kinesis.

Pineda, D. M. (Diciembre de 2003). *SENA*. Obtenido de <https://www.ucn.edu.co/Biblioteca%20Institucional%20Cemav/AyudaDI/recursos/ManualesEstrategiasEnsenanzaAprendizaje.pdf>

Taborda Chaurra, J., Ángel Zuluaga , L. F., & Murcia Peña, N. (1998). *Escuelas de formación deportiva y entrenamiento deportivo infantil* . Armenia: Kinesis .

Uribe Pareja, I. D., Gaviria Cortes, D. F., Chaverra Fernández, B. E., & Veléz Castañeda, P. A. (2009). *Guía curricular de la Educación Física*. Medellín: Universidad de Antioquia.