PROPUESTA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN EL FUTBOL EN NIÑOS DE CATEGORÍA BABY

SAÚL DAVID JIMÉNEZ

UNIVERSIDAD DEL VALLE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE
PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE
SANTIAGO DE CALI NOVIEMBRE 17 2014

PROPUESTA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN EL FUTBOL EN NIÑOS DE CATEGORÍA BABY

SAÚL DAVID JIMÉNEZ
CÓDIGO: 0524368

UNIVERSIDAD DEL VALLE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE
PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE
SANTIAGO DE CALI NOVIEMBRE 17 2014

Nota de aceptación

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____
Director del trabajo de grado

_____

Firma del jurado

_____
Firma del jurado

_____
Firma del jurado

Santiago de Cali, 2014

DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado principalmente a DIOS, el padre de todas las cosas y el hacedor de grandes MARAVILLAS; a nuestro SEÑOR JESUCRISTO por el privilegio de permitirme ingresar y poder culminar aun y a pesar del tiempo con mucho esfuerzo, lágrimas y sacrificio estos estudios en tan prestigiosa Universidad; a mis seres queridos que ya no estarán para acompañarme en esta nueva etapa de mi vida como profesional y a quienes muy seguramente se gozaran conmigo y harán de este mi triunfo un triunfo de todos, a ellos siempre con mucho cariño.

Saúl David Jiménez

AGRADECIMIENTOS

Primeramente a **DIOS** quien es el alma y motor de mi vida, mi razón de ser y existir, por quien vivo y soy con el he podido llegar hasta donde estoy hoy, gracias amado **SEÑOR JESUCRISTO**; a mi **ABUELA María Eleuteria Rodríguez** no pudiste verme pero este logro es tuyo, tu que en medio de tu dureza supiste formar en mi un ser humano integral y de bien para la sociedad; a mi **MADRE – TIA Sara Libia Jiménez Rodríguez** quien me crio y recibió como uno más en su casa tu amor, cariño comprensión, esfuerzo y sacrificio, aun en momentos de dificultad permitiéndome formar parte de su hogar junto a su esposo **Carlos Ovidio Cuellar González**, gracias a mis **HERMANAS Martha Alexandra, Yolanda Patricia y Ángela María Cuellar Jiménez; A MI PRIMO Oscar Elcias Sarria Jiménez** quien fue uno de mis grandes apoyos desde lo económico sin ti no lo hubiera logrado; a todos mis demás familiares (mis **TÍOS** desde el cielo **José Isaac, Magdalena y Omaira Jiménez Rodríguez**), primos y otros familiares, a mis **AMIGOS Geoffrey Larrahondo e Isabel cárdenas, Luisa Héctor y María Larrahondo cárdenas** como a todos y cada uno de mis compañeros de universidad los que iniciaron conmigo y quienes logramos terminar esta carrera esos colegas que de una u otra forma formaron parte en mi proceso como estudiante de pregrado en la **UNIVERSIDAD DEL VALLE** a mis **PROFESORES FORMADORES Y MOTIVADORES Jaime Humberto Leiva, Darío Quasapud, Cecilia Ortiz, Santiago Arboleda Franco, Rubén Fernando Rubio, Francisco Amú, Mauricio Ortiz, Cesar Leonardo bolaños, Marina Reina Bernal, Misael Rivera, José Luís Vera, Jairo Balanta (END)**, entre otros más, que no menciono no porque sean menos importantes, sino por que son muchos; al **BIENESTAR UNIVERSITARIO** de la **UNIVERSIDAD DEL VALLE** con sus trabajadoras sociales quienes con su ayuda económica y alimenticia me permitieron culminar esta nueva etapa en mi vida personal e intelectual a todos y cada uno de ustedes gracias, gracias y mil gracias no tengo palabras para agradecer todo y cuanto hicieron por mí a ustedes agradezco y ofrezco este gran honor de poder ser un **PROFESIONAL DE LAS CIENCIAS DEL DEPORTE**, sin todos y cada uno de ustedes jamás hubiera sido posible alcanzar este reconocimiento desde lo educativo y un gran logro y reto desde lo personal.

CONTENIDO

Pág.

INTRODUCCIÓN **11**

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA **13**

1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA **13**

1.2.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 14

2. OBJETIVOS **15**

2.1 OBJETIVO GENERAL **15**

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS **15**

3. JUSTIFICACIÓN **16**

4. MARCO REFERENCIAL **18**

4.1 MARCO TEÓRICO **18**

4.1.1 La coordinación 18

4.1.1.1 Capacidades Coordinativas 20

4.1.1.1.1 Capacidades que se destacan 23

4.1.1.1.1.1 Capacidad de diferenciación 23

4.1.1.1.1.2 Capacidad de Acoplamiento 23

4.1.1.1.1.3 Capacidad de Reacción 23

4.1.1.1.1.4 Capacidad de Orientación 24

4.1.1.1.1.5 Capacidad de Equilibrio 24

4.1.1.1.1.6 Capacidad de Cambio 25

4.1.1.1.1.7 Capacidad del Ritmo 26

4.1.2 Fases de la iniciación deportiva 28

4.1.2.1 Fase educación de inicio o básica 28

4.1.1.2 Fases de educación de desarrollo 28

4.1.1.3 Fase educación de perfeccionamiento 29

4.2 ESTADO DEL ARTE **29**

5. PROPUESTA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN EL FUTBOL EN NIÑOS DE CATEGORÍA BABY 32

6. METODOLOGÍA 60

6.1 POBLACIÓN Y/O MUESTRA 61

7. TEST COORDINATIVOS APLICADOS 62

8. MUESTRAS 67

9. CONCLUSIONES 75

10. RECOMENDACIONES 76

11. BIBLIOGRAFIA 77

LISTADO DE TABLAS

Pág.

Cuadro 1. Esquema metodológico para el desarrollo de la propuesta 32

Cuadro 2. Recursos para llevar acabo la propuesta metodológica 32

Tabla comparativa de test 1 69

Tabla comparativa de test 2 70

Tabla comparativa de test 3 71

Tabla comparativa de test 4 72

Tabla comparativa de test 5 73

Tabla comparativa de test 6 74

Tabla comparativa de test 7 75

Tabla comparativa de test 8 76

LISTADO DE GRÁFICAS

pág.

Grafica Test de Conducción N° 1 63

Grafica Test de Conducción N° 2 63

RESUMEN

Hoy cuando día a día observamos algunos de los avances en el ámbito deportivo específicamente el futbol con grandes jugadores de corte técnico casi que perfectos en su accionar, su coordinación y la repentización a la hora de ejecutar los gestos deportivos del futbol, regates, fintas, dribles, la conducción algunos de estos deportistas de elite como (Andrea Pirlo, Cristiano Ronaldo, Leonel Messi, Zlatan Ibrahimovich, James Rodríguez por citar uno de los nuestros) y aun así encontramos también algunas falencias de tipo coordinativo; en otro tipo de jugadores que no tienen la misma capacidad de realizar los mismos movimientos si tenemos en cuenta que para poder llegar a esa "perfección", es necesario el manejo del espacio, de patrones mecanizados, trabajo continuo, constante y casi que podemos decir que son instintivos en la genética del deportista, producto de trabajos coordinativos que ayudaran mejorar la Conducción del balón; podemos saber que estos jugadores fueron dotados con unas condiciones y capacidades físicas únicas, pero que también desde muy niños se realizaron tareas y trabajos que ayudaron el perfeccionamiento de su técnica general eso gracias a su capacidad Coordinativa, comprendemos la importancia de intensificar los trabajos desde este punto de vista el coordinativo, la que hoy día muy pocos trabajan, pero que es necesario volver a "introducir" dentro de nuestra cotidianeidad y las clases de Educación Física de base, mucho más en los entrenamientos de las diferentes categorías del futbol en Colombia; la implementación de una serie de tareas motoras básicas, hará que a futuro tengamos no solo deportistas de alto nivel y de elite mundial; sino personas preparadas a motrizmente en sus posturas, y hábitos cotidianos; con esto lograremos ganar un terreno desde lo técnico no solo a nivel individual, sino grupal y colectivo pues el deporte del futbol es una disciplina de conjunto que permite desarrollar o apoyar su comportamiento en el trabajo común aun por encima de lo individual, sin embargo sabemos cuán importante puede resultar un jugador con las características de los antes mencionados y como pueden influir en el resultado de un partido, es por ello que comprendemos la importancia del manejo, la enseñanza y previo desarrollo de la Coordinación y a donde nos ha conllevado el trabajo de este componente técnico – coordinativo, pues con el mejoramos el rendimiento y el ahorro de esfuerzo mejorando la condición física del niño futbolista.

Palabras clave: Coordinación, Psicomotricidad, Agilidad, Conducción, Ritmo, Niños.

INTRODUCCIÓN

A través de los tiempos y con el pasar de los años se observa cómo, poco a poco, el trabajo coordinativo y esta misma condición física están siendo primero poco trabajadas en las escuelas de formación deportivas y segundo la proliferación de niños con carencias de tipo físico debido a su poca disposición para trabajar y el poco entrenamiento por parte de los docentes aún desde la clase de Educación Física básica.

Esto producto de la tecnificación y la tecnología que está terminando por "deformar" lo que son las cualidades físicas básicas usadas para todas la disciplinas deportivas y en este caso específicamente para el futbol, que requiere desde sus etapas de iniciación un trabajo muy marcado y conceptuado, por parte de quien requiere practicar esta disciplina deportiva, con el transcurrir de los años nos vamos dando cuenta de cómo ha ido ganando terreno el sedentarismo aun en etapas tempranas de nuestra sociedad y como hoy día es más fácil para el niño practicar y realizar actividades pasivas, Juegos de Video, tecnología en los Smartphone, tabletas y demás que alejan al niño de su etapa de juego de calle y de su propiocepción corporal .

Si bien es cierto la coordinación se define como la capacidad física que relaciona y establece la mutua dependencia entre el sistema nervioso y los diferentes grupos de músculos y que nos permite efectuar movimientos complejos de modo conveniente para que puedan realizarse con un mínimo de energía[1].

Para lograr esto también es necesario que se enseñe, trabaje y refuerce estos conceptos con los nuevos deportistas y en ponerlos en práctica para la ejecución de los diferentes gestos deportivos atraves de la repetición y mecanización de estos movimientos.

Que a la postre harán que el deportista y el niño en este caso mejore su condición, física, motora, preparándole para afrontar su vida cotidiana y deportiva de la mejor manera, por este motivo es de vital importancia el trabajo Coordinativo en todas sus dimensiones corporales y sus diferentes componentes atraves de este trabajo se busca generar

[1] Francia González T, Nodarse Ravelo J, Crespo Moinelo M, Torres Aguilar M. Tratamiento defectológico para el mejoramiento de la coordinación, la precisión y el ritmo en pacientes con secuelas de lesiones estáticas encefálicas. TOG (A Coruña) [revista en internet]. 2009 [-fecha de la consulta]; 11 (1) 2014: [12 p.]. disponible http://www.revistatog.com/num9/pdfs/original1.pdf

herramientas básicas, sencillas y de fácil aplicación dentro del campo de práctica deportiva o en un espacio abierto donde se puedan realizar los test y la aplicación de las 27 sesiones de clase; buscando con ello aportar al mejoramiento coordinativo y físico del niño en sus etapas de iniciación deportiva.

El tipo de estudio realizado en esta propuesta es cuali - cuantitativo experimental desarrollado para niños de 8 a 10 años de categoría Baby; pero que puede ser aplicado desde etapas más tempranas siempre y cuando el niño tenga una disposición total de aprender y profesores o monitores con la paciencia de enseñar paso a paso cada una de las sesiones y poder realizar variantes a las mismas de acuerdo a los gestos deportivos propios para cada disciplina, en este caso particular el futbol.

Dentro de las limitaciones que se observaron es las condiciones climáticas, por ello es indispensable contar con un salón cerrado en caso de lluvias y o tormentas eléctricas, para poder llevar a cabo las 27 sesiones que tienen como duración un tiempo aproximado de 3 meses, 9 semanas y 3 sesiones semanales (27 días) en total.

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La coordinación es un componente físico, que puede ser considerado como sino el más importante, uno de los principales dentro del esquema corporal de todo ser humano, pues es bien sabido que sin coordinación no podrían realizarse otro tipo de movimientos pues es ella la que ayuda de modo integral la ejecución de los movimientos.
Algunos autores:

La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos. Entre diversos autores que han definido la coordinación, vamos a destacar a:

Castañer y Camerino: "un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía"[2].

Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 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"**.**

Jiménez y Jiménez (2002)**:** es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

La conducción es poner en movimiento el balón por medio del contacto con el pie dándole trayectoria y velocidad teniendo visión panorámica, aplicado para avanzar y ocasionar riesgo, peligro o simplemente la gestación de juego que conlleve a un fin principal, ganando siempre la posesión del balón ya sea atraves del dribling, cambios de ritmo o de dirección.

1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

A través de los años vemos como el ser humano, sin distinción de género ha ido perdiendo su movilidad locomotora y la capacidad de coordinar sus movimientos; sumado a esto la tecnificación actual y el sedentarismo, podemos observar como día a día se hace más

[2] CASTAÑER, M. y CAMERINO, O. (1991): La E. F. en la enseñanza primaria. Ed. Inde. Barcelona.

complejo para algunos niños y adolescentes esta capacidad de coordinar; al realizar una práctica profesional en uno de los clubes de la ciudad, encontré que uno de los principales problemas que poseían los niños en ese momento era el del traslado del balón de un lugar a otro esto conocido como la conducción y que sus capacidades coordinativas no les permitían lograr tener un óptimo dominio del balón de futbol, mostrando falencias de tipo coordinativo; por tal motivo presento esta propuesta para la enseñanza y aprendizaje de la conducción en el futbol en niños de 10 a 12 años (categoría con la que hacia mis pasantías) a través del mejoramiento de la coordinación motora y esta aplicada al futbol; permitiendo mejorar y generar un cambio en la vida cotidiana del niño, que en futuro será adulto.

1.2.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo desde campo y mi área de estudio (DEPORTE), puedo ser generador de cambios, a nivel psicomotriz, ayudando al mejoramiento de la práctica del Futbol?

¿Cómo generar cambios de tipo coordinativo para mejorar la conducción del balón, en niños de 8 a 10 años de edad?

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar una propuesta metodológica que le permita mejorar la técnica de la conducción del balón en el futbol de iniciación en niños de 8 a 10 años de edad.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar, a través de test coordinativos, las posibles falencias en la conducción del balón de futbol.
- Mejorar, por medio de ejercicios básicos de coordinación, la conducción del balón de futbol.

3. JUSTIFICACIÓN

El fútbol es un deporte que internacionalmente se organiza bajo las políticas de la federación internacional de futbol asociado (FIFA) y es esta quien guía y rige la organización de diversos campeonatos a nivel mundial y se encarga por velar del cumplimiento de las reglas, en Colombia está regida por la Federación Colombiana de Futbol (COLFUTBOL); La División Mayor del Fútbol Colombiano (DIMAYOR), es la entidad encargada de organizar los campeonatos nacionales de clubes profesionales, mientras que la Difútbol se encarga de los torneos de clubes amateur y los campeonatos de ligas departamentales, la liga departamental del valle del Cauca http://www.lifutbolvalle.com/

El fútbol es tan importante que también hace parte de los programas de gobierno de todos los países en el mundo en cuanto a los programas de educación se refiere vinculados en las asignaturas de educación física y deportes y actividades extra escolares como la escuelas de formación deportiva.

El deporte dentro de la sociedad actual ha ido ganando adeptos y personas cada vez más interesadas en él, esto debido a que muchas personas han optado por la práctica de una actividad que les ayude a mejorar su condición de vida y su capacidad de "alargar" su edad de vida como un modo terapéutico en otros casos; algunos padres potencialmente a su hijo(a) como un deportista de alto rendimiento a futuro que pueda generarles la manera de salir de su estrato o condición social apoyando a su hijo y motivándole a seguir con (X o Y) disciplina deportiva, pues si logra formarse y llegar a la elite de un gran deportista seguramente les ayudara a salir de su condición económica actual también en otro de los casos el deporte y la actividad física se volvió en la manera de recrearse y disfrutar del sano esparcimiento (grupos de personas mayores), generador de valores, amistades camaradería y diversión o disfrute; en cualquiera de los casos hoy día cada vez es más común que antes ver personas realizando y practicando una actividad física y esto se nota en la proliferación de escuelas de formación deportiva en las diferentes disciplinas (natación, baloncesto, futbol, karate, béisbol, tenis entre otras más)
Es por esa razón que vemos como el futbol principalmente sin ser el deporte que mayores glorias le haya dado al país es uno de los más populares y de los mayormente practicados en Colombia, esto desde la década de los 90´s, donde creció y se incrementó la práctica deportiva hacia esta disciplina.

Es importante resaltar que en la ciudad de Cali encontramos diferentes y muy variadas escuelas de formación deportiva de césped artificial y de césped natural, diversos torneos

de futbol para grandes como para niños en etapas de formación deportiva y en etapas de formación educativa, física e intelectual donde interactúan unas con otras siendo este el "nuevo" espacio de diversión de grandes y pequeños, desde el punto de vista social es importante comprender que este es una de las maneras de permear a nuestra niñez adolescencia y juventud de malos hábitos de vida (drogas, vicios como el consumo de alcohol y otros más desordenes sociales) y evitarles de llegar a alcanzar el camino que les conducirá muchas veces a situaciones de riesgo y peligro (sin olvidar que en otros casos, estos mismos actores hacen parte del conflicto social), pues también poco a poco encontramos que cada vez son más los jóvenes involucrados en situaciones de pandillas, barras bravas, violencia intrafamiliar, y otro tipo de casos.

Desde esta perspectiva el deporte de inclusión donde todos y cada uno de estos actores puedan tener los espacios generados desde el enfoque BIOSICOSOCIAL les brindara herramientas necesarias para introducir al niño a una mejor sociedad en el futuro; donde su capacidad de ritmo, movimiento, desplazamiento, coordinación entre otras ayudara de manera ostensible y optima a una mejor calidad y cantidad de vida, sin querer decir que esto les garantizara una vida de éxitos; pero si sabiendo que mejorara en gran manera su condición de vida.

Hoy día es fácil hallar en el diario vivir niños con falencias desde lo coordinativo esto generado por la falta de profesores de educación física apropiados y adecuados al manejo con niños algunos colegios, prefieren "ahorrar" en la consecución de un docente aprobado y apropiado especializado en la materia permiten que otro docente de una especialidad diferente sea quien enseñe e imparta la Educación Física de base generando con esto todo tipo de problemas a futuro de tipo motor; esto sin siquiera mencionar que el mundo avanza de modo virtual y que estos niños del siglo XXI ya no quieren vivir las etapas propias de su vida, sino que están avanzando saltando o eliminando etapas y procesos propios de sus edades y reemplazándolos con tecnología, los niños ya casi no salen a un parque, trepan un árbol, corren, saltan lanzan que son las tareas y patrones básicos del movimiento y no quieren pasar por un proceso formativo corporalmente hablando adecuado.

Este trabajo busca conocer, enseñar y poder mejorar las condiciones Coordinativas de los niños deportistas; buscando con esto el desarrollo y la ejecución de una técnica propicia de la conducción del balón de futbol; formando con ello, deportistas integrales con el manejo del dúctil; además conocer y experimentar con trabajos coordinativos y de agilidad propios para niños.

4. MARCO REFERENCIAL

4.1 MARCO TEÓRICO

4.1.1 La coordinación

Dado que para realizar el más sencillo de los movimientos, se necesita un determinado nivel de coordinación y que esta cualidad va a intervenir en todos los quehaceres humanos[3].

Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 1998) [4] 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.

Jiménez y Jiménez[5] es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

Es necesario comprender la importancia de dicha afirmación, ya que podemos experimentar que con la más mínima acción debemos mover gran cantidad de grupos musculares agonistas y antagonistas, para poder realizar esta acción y esto solo es posible si se logra una completa armonía y ordenamiento de movimientos musculo esqueléticos; el siguiente trabajo pretende mostrar el desarrollo de una propuesta motora, para el mejoramiento de la técnica del futbol en tapas de aprendizaje de los niños de la Categoría Baby de la Academia Verde del Club Deportivo Cali; haciendo énfasis en el trabajos de Agilidad, los cuales nos permitirán conocer, algunas falencias y fortalezas técnicas comunes y básicas de esta disciplina deportiva como lo es; la conducción del balón, así mismo evaluarlas a través de una serie de test propios que se encargaran de medir el grado Coordinativo, como cualidad física, su condición motora, apoyados implícitamente en la velocidad, agilidad con y sin balón, la ubicación de su espacio temporal y el componente óculo - pedica, y óculo - manual.

---

[3] CONDE, J. (1995). Las capacidades coordinativas. En J. Mora (coord.), Teoría del entrenamiento y del acondicionamiento físico (pp. 217-231). COPLEF Andalucía.
[4] CONTRERAS, O. (1998): Didáctica de la Educación Física. Un Enfoque Constructivista. Ed. Inde. Barcelona.
[5] JIMÉNEZ, J. Y JIMÉNEZ, I. (2002): Psicomotricidad. Teoría y programación. Ed. Escuela Española. Barcelona.

Además conocer aspectos acerca de lo que es la Coordinación y como está, se debe aplicar necesariamente a los aspectos técnicos del futbol; ligado en todo lo que los seres humanos hacen en su cotidianeidad.

Por ejemplo MOSQUERA [6] nos enseña que dentro de lo que se conoce como psicomotricidad, se manejan diferentes conceptos motores que son necesarios enunciar puesto que abarcan el significado como tal: los reflejos, control y ajuste corporal, el esquema corporal, lateralidad, respiración, relajación, evolución de las sensopercepsiones, movimientos elementales de locomoción, movimientos elementales manipulativos, habilidades genéricas, espacialidad temporalidad, y la misma coordinación.

Autores como HAAG Y DASSEL [7] Presentan una clasificación en la que atribuyen una importancia, principal a la Coordinación como elemento primordial del resto de las capacidades físico-deportivas; señalan por un lado unas bases físicas del rendimiento deportivo (capacidades físicas básicas) y por otra parte cualidades motrices; de la siguiente manera:

Bases físicas del rendimiento (fuerza, velocidad y resistencia).
Cualidades motrices (habilidad movilidad, agilidad, etc.), coordinación.

A través de la historia debemos conocer que la Coordinación se debe trabajar desde etapas tempranas (4 – 5 años) pues si tenemos en cuenta, que a medida que vamos creciendo; nos vamos volviendo más rígidos a la hora de Coordinar y ejecutar movimientos, también sabemos que hay actividades que permiten el desarrollo de esta cualidad física; disciplinas deportivas como el patinaje, ciclismo, el trepar o subir gradas en pares etc.

Sin embargo BLÁZQUEZ (1993)[8], nos indica que las Capacidades Físicas Básicas son: Fuerza, Resistencia, Velocidad y Flexibilidad, y que son la base de los aprendizajes y de la actividad física, por lo que es necesario saber su evolución para poder trabajarlas.

[6] MOSQUERA Gamero A.(2003) Tesis Doctoral Influencia de una intervención psicomotriz en el proyecto de aprendizaje de la lecto escritura… pagina 51; 61; UNIVERSIDAD DE MÁLAGA Facultad de Ciencias de la Educación Departamento de Métodos de Investigación e Innovación Educativa
[7] CAMINERO, F L. (2009) Diseño Y Estudio Científico Para La Validación De Un Test Motor Original Que Mida La Coordinación Motriz En Alumnos/As De Educación Secundaria Obligatoria
[8] BLÁZQUEZ, D. (1993): Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria. Volumen I y II. Ed. INDE. Barcelona

4.1.1.1 Capacidades Coordinativas

Definimos propiocepción al conjunto de cualidades donde los niños adquieren un conocimiento que pretende desarrollar las capacidades del individuo, en la ejecución de movimientos y accionar con su entorno, además; propone construir e interactuar en espacios que le permiten conocer su dimensión corporal, motora y sensorial; La psicomotricidad, como su nombre claramente lo indica, intenta poner en relación dos elementos: el psíquico y motriz; Se trata de algo referido básicamente al movimiento, pero con connotaciones psicológicas que superan lo puramente biomecánico. La psicomotricidad no se ocupa, solo del movimiento humano en sí, sino de la comprensión del movimiento como factor de desarrollo y expresión del individuo en relación con su entorno. Al pretender estudiar el movimiento como fenómeno de comportamiento no puede aislarse de otras cosas. Sólo considerado globalmente, en donde se integran tanto los movimientos expresivos como las actitudes significativas se puede percibir la especificidad motriz y actitudinal del ser humano[9].

Tras realizar un análisis de varias propuestas de autores como Le Boulch (1997), Gutiérrez (1991), Contreras (1998), Escobar (2004), vamos a concretar una clasificación general sobre la Coordinación, en función de dos aspectos importantes:

A. en función de si interviene el cuerpo en su totalidad, en la acción motriz o una parte determinada, podemos observar dos grandes tendencias:

1. Coordinación Dinámica general: es el buen funcionamiento existente entre el Sistema nervioso Central (S.N.C) y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular.
2. Coordinación Óculo-Segmentaria: es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo. Puede ser óculo-manual y óculo-pedica.

B. En función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede ser: Coordinación Intermuscular (externa): referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento; o Coordinación Intramuscular (interna): es la capacidad del propio músculo para contraerse eficazmente[10].

[9] Fonseca, (1998). ; Manual de observación psicomotriz. Barcelona: Inde.
[10] LE BOULCH, J. (1997): La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria. Ed. Paidós. Barcelona. GUTIÉRREZ, M. (1991): La Educación Psicomotriz y el Juego en la Edad Escolar. Ed. Wanceulen.

Desde sus comienzos, los estudios sobre motricidad infantil se realizaron con la intención de conocer mejor a los sujetos y de poder establecer algunos de los instrumentos para poder valorar, analizar y estudiar el status o capacidad de movimiento de estos infantes. (Ruiz, 1991)[11];

La psicomotricidad es la encargada de estudiar la influencia del movimiento en la organización psicológica general, ya que asegura el paso del cuerpo anatomo - fisiológico al cuerpo cognitivo y afectivo.

Zazzo (como se cita en Ramos, 1979)[12] la entiende como la "Entidad Dinámica" que se encuentra subdividida en dos elementos:

A. Organización, realización y funcionamiento, sujeta al desarrollo y a la maduración, que se constituye en la función motriz y se traduce en movimiento, y
B. El aspecto psicológico que se refiere a la actividad psíquica con sus dos componentes; socio-afectivo y cognitivo. Por lo que, para este autor, la psicomotricidad se constituye por "la relación mutua entre la actividad psíquica y la función motriz".

Para García Núñez y Fernández (1996)[13] la psicomotricidad indica interacción entre las funciones neuromotrices y las funciones psíquicas en el ser humano, por lo que el movimiento no es sólo una actividad motriz, sino también una “actividad psíquica consciente provocada por determinadas situaciones motrices”.

Según Kiphard (1976, p. 9) “por coordinación del movimiento de acuerdo con la edad comprendemos la interacción armoniosa y en lo posible económica, de músculos, nervios y sentidos con el fin de producir acciones cinéticas precisas y equilibradas (motricidad voluntaria) y reacciones rápidas y adaptadas a la situación (motricidad refleja), una interacción óptima (coordinación) tiene que satisfacer las siguientes condiciones:

Sevilla. ESCOBAR, R. (2004): Taller de Psicomotricidad. Guía práctica para docentes. Ed. Ideas propias. Vigo.

[11] FONSECA, v. da (1996): Estudio y Génesis de la Psicomotricidad. Barcelona: Inde

[12] RAMOS, f. (1979) Introducción a la práctica de la Educación psicomotriz. Madrid España : Pablo del Rio

[13] GARCIA NUÑEZ, J. A. & Fernández, V. F. (1996) Juego y psicomotricidad. Madrid, España: CEPE

A. La adecuada medida de fuerza que determina la amplitud y velocidad del movimiento.
B. La adecuada elección de los músculos que influye en la conducción y orientación del movimiento.
C. La capacidad de alternar rápidamente entre tensión y relajación muscular, premisas de toda forma de adaptación motriz por eso, un movimiento será tanto más Coordinado, cuanto más fluido sea y cumpla el objetivo fijado (eficaz), entre menor sea el gasto de energía empleado para ejecutar dicho movimiento (optimizar)".

Para Meinel y Schnabel (1987, pp. 57-58) "la coordinación motriz es el ordenamiento, de la organización de acciones motoras orientadas hacia un objetivo determinado. Ese ordenamiento significa la armonización de todos los parámetros del movimiento en el proceso de interacción entre el deportista y la situación ambiental respectiva". Matizan que todo movimiento deportivo es una confrontación con un ambiente determinado, donde entran en juego además de las fuerzas internas, las fuerzas externas (como la fuerza de la gravedad, la resistencia del aire o del agua...), las cuales deben ser tenidas en cuenta a nivel adaptativo en el proceso de coordinación, ya que distorsionan la tarea coordinativa al actuar como consecuencia del propio movimiento cambiando en su magnitud, dirección y punto de aplicación.

En el intento de esclarecer el concepto de coordinación encontramos según Meinel y Schnabel (1987, p. 276) "el deportista aprende tanto más rápida y efectivamente una técnica deportiva nueva, se adapta motrizmente en forma más rápida y adecuada a situaciones desacostumbradas o repentinamente cambiantes, y conduce más exactamente sus acciones motoras, cuando más desarrolladas están las cualidades coordinativas". Definen estas capacidades coordinativas o cualidades motrices como "las particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora".

Quizá hoy en día, la clasificación de la coordinación más empleada surja entorno a esta visión sistemática, en la que las capacidades coordinativas operan de forma conjunta e interdependiente, y que nos aleja de encuadrar a la coordinación como una entidad aislada en alguna clasificación lo que limitaría su aplicación a la práctica.
Por ello, la clasificación de las capacidades coordinativas que presentamos de Meinel y Schnabel (1987) nos puede ayudar a comprender las características que debe reunir un movimiento coordinado, presupuesto fundamental en el aprendizaje motor.

4.1.1.1.1 Capacidades que se destacan

4.1.1.1.1.1 Capacidad de diferenciación

Es definida como la “capacidad para lograr una coordinación muy fina de fases motoras y movimientos parciales individuales, la cual se manifiesta en una gran exactitud y economía del movimiento total” (Meinel y Schnabel, 1987, p. 265); se basa en la percepción (diferenciar la información) y en la comparación con el programa motor decidido. La capacidad de relajación puede considerarse como una forma de expresión de esta capacidad; algunas tareas que requieren esta capacidad son, por ejemplo (lanzamientos a portería (puntería) con la mano o con el pie empleando diferentes balones, saltar con los dos pies juntos sin salirse de un zona delimitada o por encima de una línea de 1 m. de largo pintada en el suelo.

4.1.1.1.1.2 Capacidad de Acoplamiento

“Es la capacidad de coordinar apropiadamente los movimientos parciales del cuerpo entre sí (por ejemplo, movimientos parciales de las extremidades, del tronco y de la cabeza) y en relación al movimiento total que se realiza para obtener el objetivo motor determinado” (Meinel y Schnabel, 1987, p. 267) esta capacidad es fundamental en todas las acciones motoras, siendo predominante en tareas de gran complejidad dónde se produzcan continuas combinaciones técnicas como por ejemplo en la gimnasia deportiva; También en deportes como los colectivos, que implican una variada gama técnica (pases, recepciones, fintas, etc.) en circunstancias cambiantes (compañeros, adversarios, limitaciones espaciales -posible fuera de juego-, limitaciones temporales, tiempos de posesión, etc.).

4.1.1.1.1.3 Capacidad de Reacción

Es definida Es definida como la “capacidad de inducir y ejecutar rápidamente acciones motoras breves, adecuadas en respuesta a una señal, donde lo importante consiste en reaccionar en el momento oportuno y con la velocidad apropiada de acuerdo a la tarea establecida, pero en la mayoría de los casos el óptimo está dado por una reacción lo más rápida posible a esa señal” (Meinel y Schnabel, 1987, p. 268).

Este tipo de señales pueden ser acústicas: como en la salida en pruebas de atletismo y natación, visuales: movimiento del compañero o del adversario. Táctiles y kinestésicas: Judo, lucha. Y a su vez: Puras, sin señales asociadas. Rodeada de otras señales, el deportista debe determinar la relevancia en cada situación; Lo cual hace incidir más en el aspecto perceptivo (procesamiento de la información) del acto motor, buscando en este caso, la velocidad, exactitud y totalidad de la información percibida. Entre las tareas que se pueden proponer para desarrollar esta capacidad tenemos juegos como el mundo al revés, donde los alumnos deben realizar lo contrario de lo que diga el profesor lo más rápidamente posible, y actividades en las que el alumnado tenga que responder velozmente ante estímulos táctiles, visuales y auditivos variados.

4.1.1.1.1.4 Capacidad de Orientación

"Es la capacidad para determinar y modificar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo, en relación a un campo de acción definido (por ejemplo un campo de juego, un ring de boxeo, un aparato gimnástico) y/o a un objeto en movimiento (por ejemplo una pelota, un adversario o un compañero)" (Meinel y Schnabel, 987, p. 269); Esta capacidad supone la unidad entre la percepción de la posición y la acción motora para modificarla. Se desarrolla proponiendo tareas en las que el alumnado tenga que desplazarse hacia diferentes direcciones y a distintas alturas ubicando su cuerpo y su acción con relación a objetos y/o personas con las que interactúa. Un ejemplo es el juego llamado el perro y su amo, en el que el movimiento de un alumno en este caso el perro, está supeditado al de su compañero que es el amo, al cual nunca puede dar la espalda.

4.1.1.1.1.5 Capacidad de Equilibrio

Se entiende como la capacidad de mantener o volver a colocar todo el cuerpo en estado de equilibrio (recuperar la posición del cuerpo) durante o después de la realización de posiciones estáticas o en movimiento. Se pueden plantear ejercicios en los que el alumnado tenga que mantener determinadas posiciones, como por ejemplo la del flamenco sin moverse durante unos segundos, o situaciones dinámicas como andar sobre un banco sueco variando la base de sustentación así como la altura.

Como destacan Ruiz, Gutiérrez, Graupera, Linaza y Navarro (2001, p. 84) "factores tales como la base de sustentación, la altura del centro de gravedad, el número de apoyos, la

elevación sobre el suelo, la estabilidad de la propia base, el tipo de locomoción, son factores que pueden variar la dificultad de las tareas equilibradas"; El control del equilibrio depende fundamentalmente del procesamiento de las informaciones de los analizadores Kinestésico, táctil, vestibular y óptico, que ofrecen información sobre la posición del cuerpo; esta capacidad presenta dos aspectos que deben ser diferenciados: el equilibrio estático, y el equilibrio dinámico. Equilibrio estático: hace referencia a la necesidad de mantener el equilibrio en una posición que no implica movimiento (por ejemplo, estar de pie) o en movimientos corporales muy lentos. Equilibrio dinámico: nos permite mantener o recuperar el equilibrio en aquellas acciones dinámicas que requieren cambios en la posición del cuerpo y generalmente a alta velocidad. Esta tradicional clasificación se ve superada por una nueva concepción avalada por la investigación, que considera más adecuado emplear el término de equilibrio, ya que existen diferencias entre el equilibrio estático y dinámico, con los ojos cerrados o abiertos y sólo con el propio cuerpo o con manipulación de objetos (Ruiz, Gutiérrez, Graupera, Linaza y Navarro, 2001). La estrecha relación de esta capacidad con el resto de las capacidades coordinativas da sentido de su relevancia, competencia fundamental en cualquier acción motriz, y cuyas dificultades afectarán a la realización del movimiento coordinado.

4.1.1.1.1.6 Capacidad de Cambio

Es la capacidad de adaptar o transformar el programa de acción a las nuevas situaciones, basándose en los cambios de situación percibidos o anticipados durante la ejecución motora o la continuación de la acción de forma completamente diferente (Meinel y Schnabel, 1987).

Los cambios de situación pueden ser:

- En cuanto a la forma de presentarse: esperados, sorpresivos.
- En cuanto al grado de modificación de la acción: Pequeños cambios, como por ejemplo, la adaptación que requerirá un terreno embarrado en la ejecución de un corredor que variará el movimiento a través de modificaciones en los parámetros espaciales, temporales, pero siempre manteniendo el programa motor previsto o ya iniciado. Grandes cambios en la situación, como la actuación de un defensor o adversario, que provocará la interrupción de la ejecución motora u obligará a adoptar una solución completamente diferente a la iniciada. Se puede trabajar planteando tareas en las que

el alumnado tenga que reaccionar sin perder el control de sí mismo y/o del objeto que maneja ante estímulos externos no previstos. Como por ejemplo en los juegos de persecución o al intentar marcar un gol ante la presión de un defensor.

4.1.1.1.1.7 Capacidad del Ritmo

"Es la capacidad de registrar y reproducir motrizmente un ritmo dado exteriormente y la capacidad de realizar en un movimiento propio el ritmo interiorizado, el ritmo de un movimiento existente en la propia imaginación" (Meinel y Schnabel, 1987, p. 272). Según Manno (1991, p. 221) "es la capacidad de organizar cronológicamente las prestaciones musculares en relación al espacio y al tiempo". Esta se basa en: La captación de ritmos dados visual o acústicamente, sobre la base de la percepción y sensación rítmica. Siendo un proceso de comprensión y registro de los cambios dinámicos, característicos en una secuencia de movimientos, para llevarlos a cabo durante la ejecución motriz.

La transformación del ritmo en acciones motoras Para su desarrollo se pueden plantear actividades en las que el alumnado pueda percibir e interpretar mediante su movimiento corporal diferentes estructuras rítmicas auditivas (uno realiza una secuencia corta dando palmadas y el compañero tiene que interpretarla mediante sus movimientos) , visuales (como las figuras que plantea Mira Stamback, donde podemos establecer la siguiente interpretación: si se dibuja un círculo grande el movimiento corporal se realizará durante más tiempo que si el círculo es (pequeño).

Desde un punto de vista general, las capacidades coordinativas son una condición necesaria para desenvolverse de forma eficaz en las tareas de la vida cotidiana y en todas las actividades físico-deportivas. La variedad y especificidad de las diferentes modalidades deportivas existentes hará necesario el desarrollo de aspectos específicos de las capacidades coordinativas, por ejemplo, en el jugador de balonmano son fundamentales las capacidades de orientación, de reacción y de adaptación, mientras que en un gimnasta priman la capacidad de acoplamiento, del ritmo y de equilibrio (Meinel y Schnabel, 1987). Por lo tanto, la capacidad de aprendizaje motor va a estar determinada en gran medida por las capacidades coordinativas, base de la adquisición de las habilidades motrices, así como por aspectos cuantitativos (capacidades físicas básicas), las motivaciones, afectos y cogniciones de los individuos, teniendo en cuenta dos aspectos fundamentales dentro de un proceso a evaluar, como lo son: Motricidad gruesa: Tono muscular, Desarrollo postural

y locomoción, Coordinación, Esquema corporal, Nociones perceptivas básicas, Alto rendimiento

Motricidad fina: Prensión, Manipulación, Coordinación viso motriz

Algunos otros autores nos hablan acerca de los componentes de la coordinación tales como:

Para De Lièvre y Staes (1992, 17) el esquema corporal es el conocimiento y conciencia que uno tiene de sí mismo en tanto que ser corporal, es decir:

Nuestros límites en el espacio (morfología), Nuestras posibilidades motrices (rapidez, agilidad), Nuestras posibilidades de expresión a través del cuerpo (actitudes, mímica), Las percepciones de las diferentes partes de nuestro cuerpo,

El conocimiento verbal de los diferentes elementos corporales.

Las posibilidades de representación que tenemos de nuestro cuerpo (desde el punto de vista mental o desde el punto de vista gráfico.

El esquema corporal se elabora al compás del desarrollo y la maduración nerviosa (Mielinización progresiva de las fibras nerviosas), de la evolución sensorio motriz, en relación con los demás niños.

El desarrollo del esquema corporal (Vayer, 1985) se ajusta a dos leyes psicofisiológicas, válidas antes y después del nacimiento:

Ley céfalo-caudal: El desarrollo se extiende a través del cuerpo desde la cabeza a los pies, es decir, que los progresos en las estructuras y las funciones empiezan en la región de la cabeza, extendiéndose al tronco, para finalizar en las piernas.

Por ejemplo: el control del cuello (3 meses) precede al del tronco (6 meses).

Ley próximo-distal: El desarrollo procede del centro a la periferia, es decir, parte del eje central del cuerpo hasta los extremos de los miembros. Por ejemplo: el control del tronco precede a la habilidad manual.
Pero no todo es cuestión de maduración (un proceso preestablecido que se va realizando sin necesidad de otras influencias), puesto que ésta, que es la que realmente permite el

paso progresivo de la actividad indiferenciada a la actividad consciente y diferenciada, está asociada e interactúa con la experiencia vivida por el niño que componen su desarrollo.

4.1.2 Fases de la iniciación deportiva

Por ejemplo según Corpas Rivera F.J y otros 1991; dentro de este proceso se destacan tres fases

4.1.2.1 Fase educación de inicio o básica

Se trata de complementar aspectos del dominio. Relacionados con la psicomotricidad y la educación básica intentando ser una amplia base motora, para el posterior asentamiento de cualquier exigencia posterior.

Predisposición deportiva (6 – 8) años: desarrollo de habilidades y destrezas psicomotrices genéricas a través de juegos gestuales específicos.

- Gestos básicos
- Manejo de instrumentos
- Adaptación al medio (familiarización)

4.1.1.2 Fases de educación de desarrollo

Se enseña que aquellos elementos fundamentales constitutivos del deporte en cuestión de forma global, pero de con orientación hacia el aprendizaje técnico de los movimientos de forma correcta.

Preparación genérica deportiva (8 - 10) años:

Objetivos:

- Reforzamiento de los aprendizajes en la etapa anterior.
- Iniciación al trabajo de equipo

Medios:

- Juegos gestuales específicos.
- Juegos pre deportivos

4.1.1.3 Fase educación de perfeccionamiento

Perfeccionamiento de las enseñanzas anteriores y aprendizaje especifico de las técnicas de ejecución.
Preparación específica pre deportiva (10 – 12) años:
Objetivos:

- Iniciación deportiva genérica en actividades deportivas AFINES
- Selección de actividades precedidas

Medios:

- Pre deportivo
- Sesiones básicas de entrenamiento

Los objetivos expuestos anteriormente se deben cumplir teniendo en cuenta la edad de los futbolistas, ya que es de vital importancia que los entrenadores en la etapa de iniciación deportiva, tengan conocimiento de los métodos adecuados que le permitan al niño adquirir un aprendizaje más satisfactorio para la formación del niño como futbolista.

4.2 ESTADO DEL ARTE

La categoría Baby en Colombia son los niños nacidos entre 1 de Enero y 31 de Diciembre del año 2004 o 1 de Enero y 31 de Diciembre del 2005; quienes comprenden la edad de entre (9 y 10 años), según las competencias oficiales de la Liga Vallecaucana de Futbol http://www.lifutbolvalle.com/

La coordinación como bien hemos venido diciendo, es la capacidad de realizar uno o varios movimientos, con el menor mínimo de esfuerzo pero logrando integrar cadenas musculares logrando de este modo realizar cualquier tipo de gesto físico, técnico y deportivo, aun pudiéndose aplicar a lo cotidiano.
La conducción en el futbol es la capacidad de poder llevar o transportar un dúctil en este caso el balón de futbol desde un punto y hasta otro lugar específico, logrando con esto el mejoramiento de los ritmos de juego y del partido dando como resultado la posesión del balón.

Para realizar una conducción adecuada es importante tener en cuenta algunos aspectos importantes del juego del futbol, aspectos de tipo físicos, técnicos, tácticos y psicológicos (psicomotricidad) de cómo conducir superficies de contacto apropiadas (físico – técnico - táctico), cuando debo conducir (técnico - táctico) y donde debo realizar la conducción (táctico - psicológico)

DENTRO DE LA COORDINACION Y DE LOS DIFERENTES TIPOS DE CONDUCCIÓN

Según las superficies e contacto:

Con la parte externa del pie: La posición del cuerpo es inclinada hacia fuera; el pie conductor se dirige hacia dentro en el momento de empujar el balón, la rodilla se acerca al eje longitudinal del cuerpo y el pie queda un poco flojo permitiendo girarlo hacia dentro desde el tobillo (es de las más usadas por que nos permite realizar una conducción rápida).
Con la parte interna del pie: Utilizamos el empeine interior del pie, durante la carrera la punta del pie que conduce el balón gira hacia fuera; la conducción es correcta cuando mantenemos el balón bajo nuestro control con un movimiento armónico, e ininterrumpidamente y sin quebrar la perder el impulso, de esta forma es más complicado y no tan usual pues no nos permite muchos rangos de amplitud, ni velocidad en la conducción.
Con el empeine: Es empujar el balón con el empeine total del pie lo que hace la acción más compleja que las anteriores.
Con la punta del pie: Forma de conducción algo rudimentaria, el poco uso de esta técnica se debe a que se pierde casi toda la precisión debido a que el balón está casi fuera de control.
Con la planta del pie: Se utiliza para perfilars4es en jugadas de emergencia, o cuando el balón queda un poco atrás o cuando queremos protegerla del rival haciendo rodar el balón con la planta, que nos da mejor posibilidad de utilizar el cuerpo.

Debemos tener en cuenta que en la conducción del balón usamos un aspecto técnico que son los cambios de ritmo y de dirección, muy usados en la actualidad por futbolista que tienen destrezas y habilidades únicas, sumando con ello fintas, regates y demás (nuestro compatriota Juan Guillermo Cuadrado, Leonel Messi, entre otros pocos) son poseedores de una técnica de la conducción del balón magistral.
Algunos cambios de ritmo o de dirección son:
Conducción en línea recta
Conducción en zig-zag (slalom)

Conducción con cambios de dirección
Conducción con cambios de frente.
Al querer realizar una buena conducción del balón debo tener en cuenta algunos aspectos tales como:
El cuerpo siempre debe permanecer ligeramente inclinado hacia delante.
El pie que golpea el balón debe perder toda rigidez.
La mirada siempre debe estar hacia delante, y sólo hachar rápidas ojeadas en el momento que el pie hace contacto con el balón.
Los toques al balón deben ser cortos y pegados al pie cuando tenemos al rival cerca y largos, cuando el rival está lejos y necesitamos ganar espacios.

5. PROPUESTA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN EL FUTBOL EN NIÑOS DE CATEGORÍA BABY

Cuadro 2. Esquema metodológico para el desarrollo de la propuesta

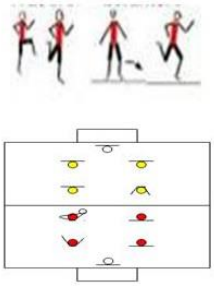
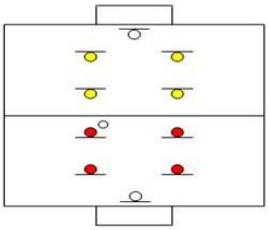
Sesiones	**27 sesiones – una hora** **3 veces a la semana – tres meses**
Intensidad horaria	**27 horas, 1hora por sesión**
Contenido	**Cada sesión presenta contenidos teórico-prácticos dividido en 2 fases**
Estructura de sesiones	**Objetivos específicos** **Primera Fase: Inicial.** **Segunda Fase: Central.**
Metodología	**Se maneja una metodología a través de los métodos de enseñanza-aprendizaje, por medio del método analítico, global, de juego, de acuerdo a los ejercicios y objetivos.**

Cuadro 2. Recursos para llevar acabo la propuesta metodológica

RECURSOS PARA TRABAJAR
PERSONAL
MEDIOS FISICO
CAMISA
BALONES DE FUTBOL # 3
SUDADERAS
AROS
TENIS DEPORTIVOS O GUAYOS
CONOS
PITOS
TOPES
CRONOMETROS
PETOS
HIDRATACION
VALLAS
ESCALERA
CAMPO DE FUTBOL
KIOSKO

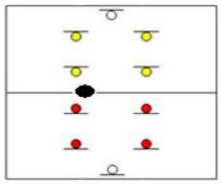
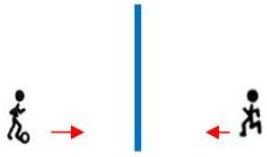
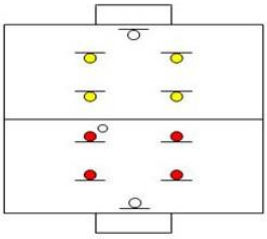
Sesión N° 1

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	capacidades coordinativas generales
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas generales (de regulación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	
Charla. Movilidad articular . Juego: balón mano. Se divide el grupo en dos (a criterio del profesor) y se trabaja en un espacio reducido determinado. El objetivo es dar el pase al compañero con la mano y sin dejarla caer, el equipo que consiga 10 pases anota un punto. Al final el equipo con menos puntos paga penitencia. Variantes: entrega el balón con el empeine, borde interno, externo, cabeza.etc		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	
CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES (De Regulación). Explicamos al niño los distintos gestos técnicos para desarrollar sus capacidades coordinativas y de locomoción. -Técnica del braceo (biomecánica). - Técnica del taloneo. - Skiping. - aducción. - abducción. - Técnica de carrera. - técnica para realizar el rollito. - arrastre bajo. Etc. **Juego de competencia**: Se divide el grupo homogéneamente en cuanto a la capacidad de los alumnos de realizar el gesto técnico (determinado por el entrenador). Se ubican en dos filas, al frente de cada fila una estructura de conos y topes para realizar la tarea indicada por el entrenador con relación a lo visto durante el ejercicio anterior: Skiping, taloneo, aducción abducción, etc. Después se desplaza en velocidad hasta un cono final y le da la vuelta y llega al compañero igual en velocidad para darle la salida. El equipo que quede de último pagara penitencia. Variantes: se pude colocar una cuerda para que los jugadores se arrastren y posteriormente realicen una tarea vista. Futbol correctivo libre con arcos.	 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

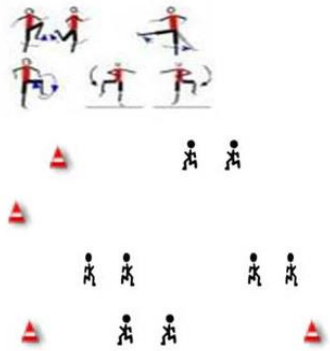
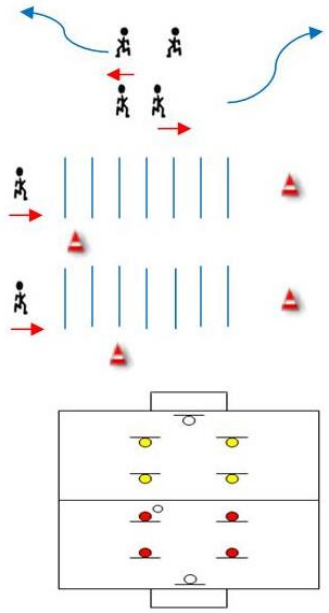
Sesión N° 2

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	capacidades coordinativas generales
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas generales (Adaptación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. **Juego**: se divide el grupo en 2 (a criterio del profesor); el juego se realiza en un espacio reducido pero un poco más amplio de lo normal dentro de este campo se señalan dos líneas finales una para el equipo A como para el B. el objetivo del juego es no dejar caer el balón (inflable) por ambos equipos y a su vez tratando de llevarlo a la línea final del equipo contrario para anotar el punto. El equipo con menos puntos pagara penitencia. Variantes: con cabeza, con los pies etc. Pero sin dejarla caer.	 	**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES (**De Adaptación**). Desarrollo del gesto técnico incluyendo un elemento técnico. Skiping en el puesto y pase al compañero que se encuentra a 5 metros de distancia (frente a frente). Taloneo en el puesto y pase al compañero. Se reduce la distancia y un compañero tiene el balón con en sus manos y su pareja realiza skiping en el puesto (3 o 5) seg, apenas terminar le lanza el balón y el da la devolución del pase con empeine. Skiping con borde interno. Skiping con cabeceo sin saltar y saltando. Aducción con borde externo. Abducción con borde interno. Futbol correctivo.	 	**20 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

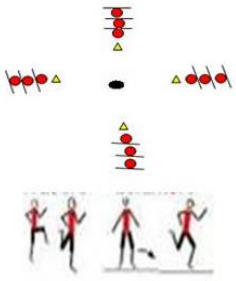
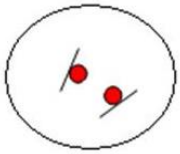
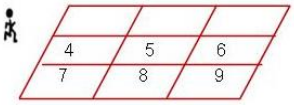
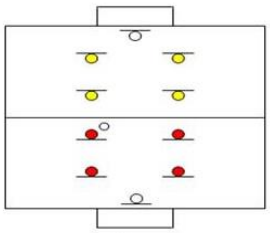
Sesión N° 3

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Agilidad)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	
Charla. Movilidad articular. **Juego de la lleva en parejas**: en un espacio delimitado por el entrenador corren agarrados de mano y sin dejarse atrapar por una pareja central (la que persigue) si la atrapa continua la pareja que se dejo atrapar y así sucesivamente hasta que el profesor lo decida conveniente para agregar una de las muchas variantes que tiene el juego pero nunca que sea individual la persecución.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Orientación) **El hombre sombra:** Los jugadores se dividen en parejas. Uno de los miembros de cada pareja corre libremente por el espacio, realizando diferentes recorridos (línea recta, zig-zag, pararse de pronto etc.) el compañero deberá imitar todos los recorridos y movimientos de su compañero, intentando no separarse de su lado. Poco a poco iremos cambiando las posiciones, es decir en lugar de correr detrás iremos introduciendo otras posiciones: delante, a la derecha, izquierda etc. No está permitido salir de la zona delimitada por el profesor. **Saltos de 180°:** Se ubican en filas en cada estructura y realizan saltos de 180° bipodal entre los palos y al finalizar los saltos realizan velocidad al cono que está ubicado a 3 mts, y regresa caminando. Al terminar el compañero sale el siguiente. El niño inicialmente debe realizar la ejecución en 8 seg y luego pasar a 6 seg. Variante: Por cada tres saltos de 180° grados bipodal, sale hacia el costado donde este la estaca en velocidad y regresa a seguir ejecutando el gesto de coordinación. Futbol correctivo.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

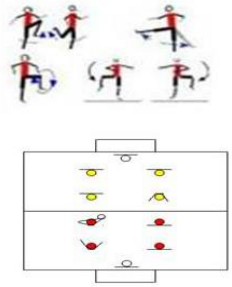
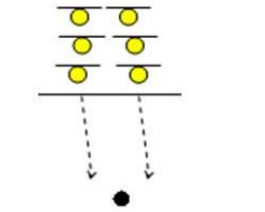
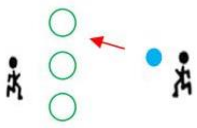
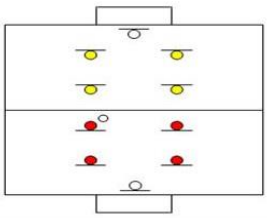
Sesión N°4

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Equilibrio)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla Movilidad articular. **Cruz competitiva:** se divide el grupo en 4 sub-grupos (homogéneamente) se colocan detrás de los conos que forman la estructura de la cruz y a su vez se enumeran los integrantes de cada grupo del 1 al número total de participantes. El juego consiste en que a la orden del profesor (numero que quiera) debe salir en una sola pierna lo más rápido posible a coger un pañuelo u otro objeto cuando lo tenga se devuelve y pasa por medio de las piernas de los compañeros hasta llegar al último que es el que enseguida va realizar el ejercicio (sin necesidad de que el profesor diga numero) el equipo ganador es el que consiga más puntos y pone penitencia a los demás equipos.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Equilibrio) **Pulso gitano:** Dividiremos el grupo en dos partes y numeraremos los jugadores en secreto, de esta forma cada jugador tendrá un adversario en el equipo contrario. El entrenador nombrara los números creando las parejas y cada pareja se situara en su círculo de juego. Los adversarios se agarran de la misma mano (derecha o izquierda) y colocan la puntera del pie correspondiente en la línea con el pie del contrincante. El otro pie se coloca por detrás y la mano sobrante por la espalda. El objetivo es hacer perder el equilibrio al contrincante mediante tracciones de la mano agarrada. No se puede utilizar más que la mano que esta agarrada. **Trabajo de estabilización:** Se distribuyen en filas por cada estructura y cada uno debe salir y realizar salto unipodal en cada cuadrante que esta enumerado, número que le mencione el profe, a ese cuadrante debe saltar. El entrenador debe esperar 2 seg que el niño se estabilice y luego mencionar otro número. Duración por cada serie debe ser de 8 seg. Futbol correctivo	  	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

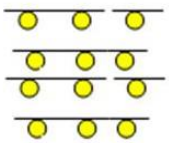
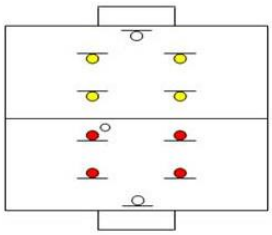
Sesión N° 5

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Velocidad de Reacción)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. **Juego de los 10 pases:** formamos dos equipos con igual número de jugadores y delimitaremos un espacio donde se realizara el juego. El juego comienza mediante un lanzamiento del balón al aire por medio del entrenador. El equipo que está en posesión del balón intenta realizar el mayor numero de pases consecutivos, mientras el equipo contrario intenta interceptar el balón. Se dará un punto al equipo que realice 10 pases seguidos y ganara el equipo que logre alcanzar 5 puntos. Se puede realizar también con los pies.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Reacción) **Juego para trabajar la reacción simple:** Se divide el grupo en dos equipos homogéneamente seleccionado. Se ubican detrás de los conos o topes que ha colocado el profesor para indicar la salida de un recorrido de 10 metros y un objeto a tomar por parte del jugador que llegue primero. La reacción se hará desde varias posiciones (acostadas, sentadas de cubito prono, acostado de cubito supino, parado, de espaldas, etc.)El estimulo será seleccionado por el entrenador (pito, aplauso, vos etc.). El jugador que agarre de primero el objeto se le otorgara un punto, y el equipo con más puntos será el ganador y colocara penitencia al otro equipo. **Ejercicio de reacción simple y compleja:** Reacción simple, se ubican en parejas por cada estructura y un compañero toma el balón y el otro realiza skiping, apenas él se desplace a la derecha el compañero le lanza el balón y el realiza pase con borde interno. Así sucesivamente trabajando ambos perfiles y utilizando las diferentes superficies de contacto del pie. Variante: Reacción compleja, ya que el compañero que tiene el balón es quien indica hacia dónde va el balón. Futbol correctivo.	  	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

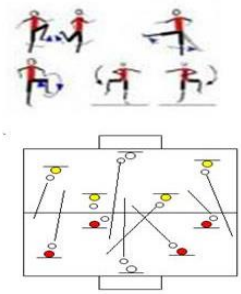
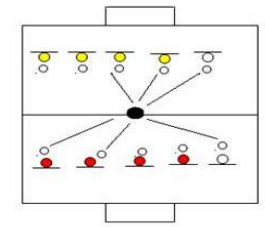
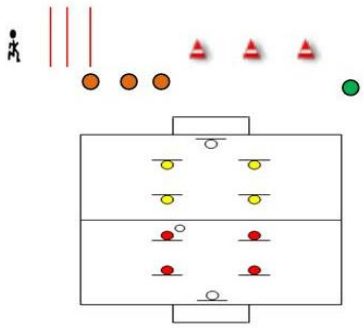
Sesión N° 6

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Ritmo)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. Calentamiento lúdico y de coordinación, en parejas y en grupo realizando la movilidad articular general y flexión de cadera, extensión de cadera, aducción, abducción, etc. Y muchos más movimientos dirigidos por el entrenador.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Ritmo) **Aeróbicos:** Será dirigida por el profesor o en caso de no tener esta cualidad Se buscara la forma de tener un especialista en el tema que pueda dirigir una clase de aeróbico o que pueda manejar ritmos con el bongo o la tambora, para cambiar la rutina de los jugadores y aparte trabajar la parte de coordinación especifica realizando toda clase de movimientos seguidos por la música o por sonidos que se emitan. Es importante que sea divertida pero a sus ves buscando que se haga correctamente como se indica. Futbol correctivo.	 	**20 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

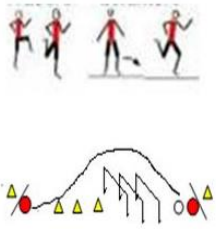
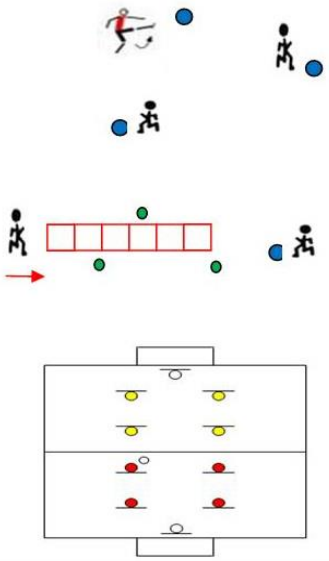
Sesión N° 7

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Diferenciación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad Articular. **Juego: vaciar el campo:** Distribuiremos los jugadores en dos campos y en cada campo dejaremos una pelota por jugador. A la señal del entrenador cada equipo intenta sacar las pelotas de su campo y lanzarlas al campo contrario, utilizando cualquier segmento corporal 8manos, pies…) al acabar el tiempo preestablecido (3-4 min.) se efectuara un recuento para saber qué equipo tiene menos balones en su campo. Ese equipo será el ganador.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Diferenciación) **A la caza del balón:** Distribuiremos los jugadores en dos equipos situados uno a cada lado de su línea de meta, y en el centro del terreno de juego colocaremos un balón medicinal. Los jugadores de cada equipo lanzan su balón intentando tocar el balón medicinal, con la intención de hacer llegar el balón medicinal hasta el campo del equipo contrario. El equipo que consiga llevar el balón recibirá un punto. Los balones son reutilizados después de cada lanzamiento, es decir, cada jugador lanza el balón que le llegue tanto el suyo como el del equipo contrario. **Ejercicio de diferenciación manteniendo la coordinación en forma lineal:** Se ubican en filas por cada estructura y cada niño debe realizar en cada estación la tarea indicada por el profe, pero siempre manteniendo la coordinación de forma lineal o frontal, sin perder la ubicación espacial. Al finalizar la estructura sale en velocidad al cono del frente y regresa caminando. Futbol correctivo.	 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

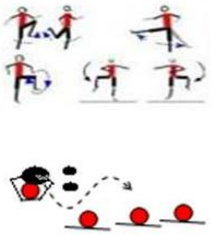
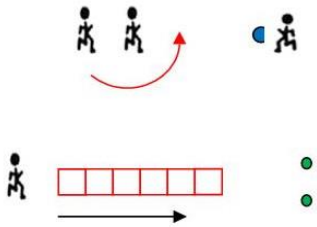
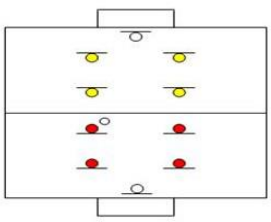
Sesión N° 8

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Acoplamiento y Combinación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⧗
Charla. Movilidad Articular. **Lánzame la pelota**. Carrera de relevos; se divide el grupo en dos equipos. Los jugadores inicialistas deben de correr en velocidad una distancia de 7 m, después saltar por encima de unos obstáculos (3-5), después deberá correr alrededor de un circulo previamente hecho con topes o conos y por ultimo debe agarrar una pelota de tenis y lanzarla a su compañero el cual debe atraparla para poder iniciar el recorrido. Gana el equipo que logre llegar de primero y pone penitencia al otro equipo.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⧗
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Acoplamiento y Combinación) **Ejercicio de malabarismo con balón:** Cada jugador realiza malabarismo con el balón pero la condición será que mientras golpea el balón debe de aplaudir. Las variantes van desde utilizar cualquier superficie de contacto hasta realizar el ejercicio en parejas compitiendo entre sí por quien haga más sin dejarla caer. También se puede realizar tirando el balón lo más alto posible y dar la mayor cantidad de aplausos que serán efectivos siempre y cuando no caiga el balón. (Lo coge con la mano). **Ejercicio de coordinación con trabajo técnico:** Se distribuyen en filas por cada estructura y un compañero se ubica en frente de la estructura con el balón, el niño sale realizando skiping sobre la escalera y por cada 4 apoyos saca el pie a un costado y luego regresa al movimiento de coordinación, debe trabajar ambos perfiles. Al finalizar la estructura el compañero el frente le realiza pase y el debe controlar el balón y hacerle devolución. Luego el pasa a entregar el balón al siguiente. Futbol correctivo.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⧗
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

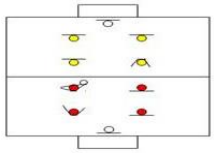
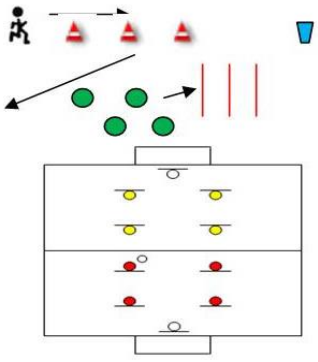
Sesión N° 9

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Anticipación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. **Atrapando huevos:** el grupo se divide en tríos. Uno de los jugadores se coloca de espaldas a unos 5 o 10m de distancia de sus otros dos compañeros con los 3 balones correspondientes o más si hay buen material. El objetivo consiste en que el jugador de espaldas tira los balones hacia atrás y sus compañeros tratan de no dejarlo caer anticipándose y llevándose los huevos para su nido. Gana el jugador que logre tener más huevos en su nido. Los jugadores van rotando su posición.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Anticipación) **Trabajo de anticipación sin rival:** Se distribuyen en filas por cada estructura y un compañero se ubica en frente de la estación. Cada niño sale realizando taloneo sobre la escalera y al finalizar el compañero realiza un pase o trata de definir en el arco ubicado con dos conos, el niño debe salir en velocidad y evitar que el balón pase la línea de los conos. **Ejercicio de anticipación con rival:** Se ubican por trios. Se trabaja analíticamente. Un jugador con balón se pone a unos 5 metros de sus compañeros. Otro queda de frente al jugador con balón pero estático para que el jugador restante realice el ejercicio. El jugador con balón lanza buscando al jugador estático y el jugador de atrás se anticipa a la jugada para que este no reciba. Se realiza con el gesto técnico que el entrenador determine. El jugador estático siempre será pasivo. Los tres jugadores realizan el ejerció. Múltiples variantes. Futbol correctivo con tareas indicadas por el profe.	 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

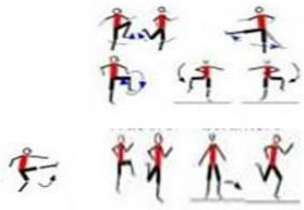
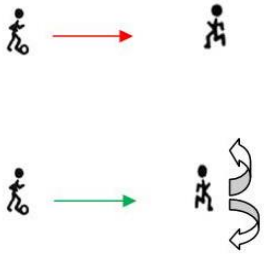
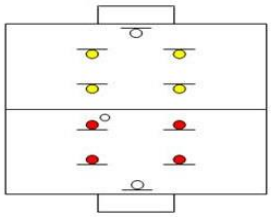
Sesión N° 10

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Generales
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Regulación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⧖
Charla. Movilidad articular: Se realizará un calentamiento general trabajando movilidad articular del miembro superior e inferior, luego multisaltos como skiping, taloneo, elev. de rodillas, desplazamiento lateral, etc. **Balón Mano:** Se trabajará en espacio reducido, primero se realizará libre y luego con tareas.	 	**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⧖
CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES (**De Regulación**). Explicamos al niño los distintos gestos técnicos para desarrollar sus capacidades coordinativas y de locomoción. -Técnica del braceo (biomecánica). - Técnica del taloneo. - Skiping. - aducción. - abducción. - Técnica de carrera. - técnica para realizar el rollito. - arrastre bajo. Etc. **Juego de competencia**: Se divide el grupo homogéneamente en cuanto a la capacidad de los alumnos y se ubica cada grupo en cada estructura. Cada niño tendrá un vaso desechable y cada vez que salga tendrá que llenar el vaso con agua y mirar la manera de llegar al final de la estructura sin perder mucha agua y vaciarla en una jarra. Abran obstáculos que debe superar el niño y tratar de no perder agua. El grupo que más llene la jarra en un tiempo determinado gana. Futbol correctivo libre con arcos.	 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⧖
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento		**60 min.**

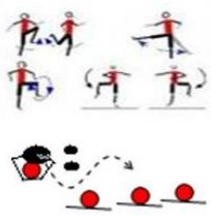
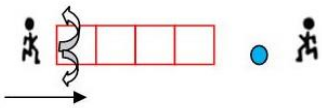
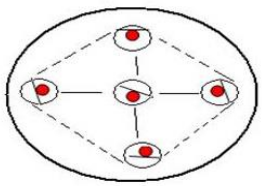
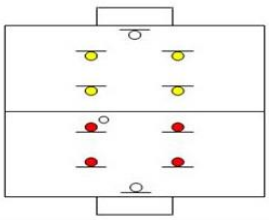
Sesión N° 11

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Generales
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Adaptación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. Calentamiento lúdico y de coordinación, en parejas y en grupo realizando la movilidad articular general y flexión de cadera, extensión de cadera, aducción, abducción, etc. Y muchos más movimientos dirigidos por el entrenador.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES (De Adaptación). Desarrollo coordinativo incluyendo un elemento técnico. Skiping en el puesto y cuando el compañero le realiza el pase, él debe controlar y realizar pase con borde interno. Este trabajo se realiza simultáneamente. Taloneo en el puesto y cuando el compañero le realiza el pase, él debe controlar y realizar pase con borde interno. Este trabajo se realiza simultáneamente. Se reduce la distancia y el compañero de ubica a espaldas de su pareja, en donde realizará titeres durante 5 seg, al girar su pareja le lanza el balón con las manos y el debe realizar pase con empeine. Se realiza simultáneamente. Variante: Skiping. Taloneo. Saltos Bipodal Saltos Unipodal. Futbol correctivo.	 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

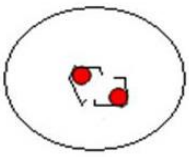
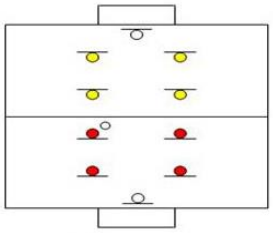
Sesión N° 12

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Orientación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. **Atrapando huevos:** el grupo se divide en tríos. Uno de los jugadores se coloca de espaldas a unos 5 o 10m de distancia de sus otros dos compañeros con los 3 balones correspondientes o más si hay buen material. El objetivo consiste en que el jugador de espaldas tira los balones hacia atrás y sus compañeros tratan de no dejarlo caer anticipándose y llevándose los huevos para su nido. Gana el jugador que logre tener más huevos en su nido. Los jugadores van rotando su posición.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Orientación) **Ejercicio con saltos de 90°:** Se distribuyen por filas en cada estructura y el niño parte con una pierna dentro de la escalera y otra por fuera de ella, luego se desplaza con un salto realizando giro de 90°, introduciendo la pierna que estaba por fuera en la escalera. Variante: Se ubica un compañero en frente de la estructura y al terminar de realizar el trabajo coordinativo su compañero le entrega el balón y el debe controlar y conducir el balón hasta su compañero. **Cada uno en su casa:** Distribuiremos por el espacio un aro (si no tenemos podemos crearlos con conos). Estos círculos los distribuiremos formando un círculo menos una que se situara en el centro. Dentro de cada aro colocaremos un jugador. A la señal del entrenador, todos los jugadores deben cambiar de círculo; el jugador central intenta ocupar un aro de los de afuera. Si lo consigue, el jugador que se queda sin aro pasa al centro. Variantes: si se dispone de buenos balones se puede hacer el ejercicio conduciendo la pelota y a medida que vayan conociendo el juego quedara prohibido ocupar los dos aros más próximos. Futbol libre en espacios reducidos.	  	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

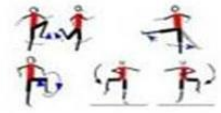
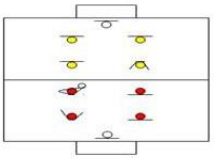
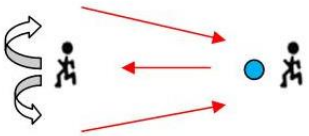
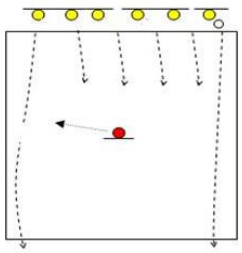
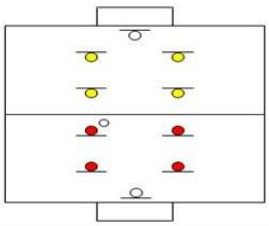
Sesión N° 13

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Equilibrio)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla Movilidad articular. Calentamiento lúdico y de coordinación, en parejas y en grupo realizando la movilidad articular general y una que otra compleja (flexión de cadera, extensión de cadera, aducción, abducción, etc. Y muchos más movimientos dirigidos por el profesor).		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Equilibrio) **Trabajo de estabilización y propiocepción:** El niño debe realizar un trabajo de equilibrio sobre una tabla que tiene una base semi circular, tiene varias posibilidades de realizar el ejercicio teniendo principalmente en cuenta que el objetivo es tratar de mantener el mayor tiempo posible en equilibrio. **Pelea de gallos:** Se distribuyen los jugadores en dos equipos y sus jugadores se numeran en secreto de 1 hasta el número de jugadores que tengamos.de esta forma cada jugador tiene un adversario en el otro equipo con el mismo número que el. Mediante conos, formaremos varios círculos en el suelo, uno para cada pareja, donde se realizaran las "peleas". Para iniciar la lucha los jugadores se colocan en cuclillas (como si fueran gallos) e intentan hacer perder el equilibrio a su contrincante por medio de empujones con las palmas de las manos. Cuando un jugador lo consiga se le otorga un punto y el equipo que tenga más puntos gana y pone penitencia al otro. No vale agarrar de la ropa. Si dos jugadores no logran derrotarse al término de 30 seg se declara empate. Futbol en espacio reducido.	  	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

Sesión N° 14

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Reacción)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	
Charla. Movilidad articular. **Juego de los 10 pases:** formamos dos equipos con igual número de jugadores y delimitaremos un espacio donde se realizara el juego. El juego comienza mediante un lanzamiento del balón al aire por medio del entrenador. El equipo que está en posesión del balón intenta realizar el mayor número de pases consecutivos, mientras el equipo contrario intenta interceptar el balón. Se dará un punto al equipo que realice 10 pases seguidos y ganara el equipo que logre alcanzar 5 puntos. Se puede realizar también con los pies.	 	**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Reacción) **Ejercicio de reacción:** Reacción simple, se ubican en parejas y un compañero se ubica al frente con el balón y su pareja sin balón. Quien no tiene el balón debe realizar ejercicios de coordinación a espaldas de su compañero y cada 5 seg, gira 180° y recibe el pase de su compañero y hace devolución con borde interno. **La muralla: (reacción compleja)** Delimitaremos un espacio (el área grande de un campo de futbol) con un pasillo central de 3 a 5 metros. Los jugadores se sitúan en la línea de salida excepto uno (el guardián) que se sitúa dentro del pasillo. A la señal del entrenador, los jugadores intentaran llegar a la línea de llegada, situada en el otro extremo del área, atravesando el pasillo. El guardián debe atrapar a los jugadores sin salir del pasillo. Los jugadores atrapados por el guardián, comenzaran a formar una muralla juntos mediante un enlace de manos. A medida que se vaya atrapando gente la muralla se irá haciendo más numerosa y los atacantes deberán buscar la manera de pasar sin ser atrapados. Eliminaremos el jugador que se tarde mucho en pasar. Futbol en espacio reducido.	  	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

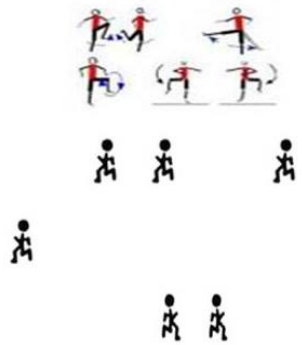
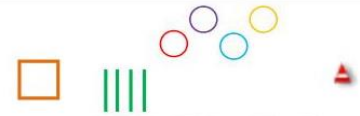
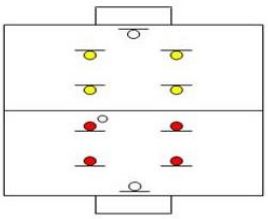
Sesión N° 15

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Ritmo)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	
Charla. Movilidad articular. Se realizará un calentamiento general trabajando movilidad articular del miembro superior e inferior, luego multisaltos como skiping, taloneo, elev. De rodillas, desplazamiento lateral, etc.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Ritmo) **Ejercicios coordinativos por estación:** Se distribuyen por grupos en cada estructura para realizar trabajos de coordinación y al finalizar cada estación realizan velocidad hasta el cono del frente. Al terminar la velocidad regresa caminando. **Ejercicios con trabajo técnico:** En la misma distribución de grupos por estación, se ubica un compañero en el cono del frente con balón. Cada jugador realiza el trabajo coordinativo asignado por la estación y al finalizar su compañero le realiza un pase con las manos y el debe realizar pase con empeine. Por cada estación la devolución del pase varía. Futbol correctivo con arcos.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

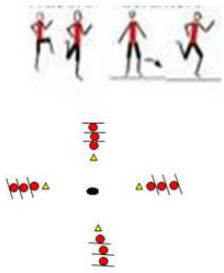
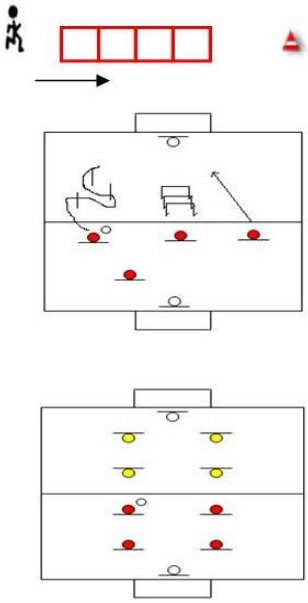
Sesión N° 16

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Diferenciación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad Articular. **Juego de la lleva en parejas**: en un espacio delimitado por el entrenador corren agarrados de mano y sin dejarse atrapar por una pareja central (la que persigue) si la atrapa continua la pareja que se dejo atrapar y así sucesivamente hasta que el profesor lo decida conveniente para agregar una de las muchas variantes que tiene el juego pero nunca que sea individual la persecución.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Diferenciación) **Ejercicio de coordinación con trabajo técnico:** Realizan trabajo de coordinación con variantes dentro de la estación y al finalizar cada estación un compañero realiza pase a ras de piso y él controla con borde interno y conduce hacia su compañero. **Diferenciación temporo-espacial:** **Pasar y recibir el balón:** formaremos diferentes grupos donde sus componentes se pasaran la pelota de diferentes formas, cada vez una diferente: alta, rápida, baja y lenta, haciendo un giro después de cada lanzamiento… (Mediante este ejercicio trabajamos las dimensiones temporales y espaciales). **Carreras:** correr y andar con cambios de velocidad, hacerse un auto pase y correr detrás del balón. Futbol correctivo.	 Bipodal – Skiping - Unipodal Titeres – Taloneo - Slalon 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

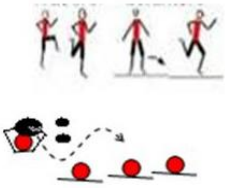
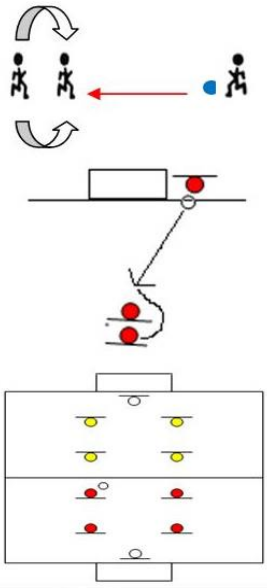
Sesión N° 17

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Acoplamiento y Combinación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad Articular. **Cruz competitiva:** se divide el grupo en 4 sub-grupos (homogéneamente) se colocan detrás de los conos que forman la estructura de la cruz y a su vez se enumeran los integrantes de cada grupo del 1 al número total de participantes. El juego consiste en que a la orden del profesor (numero que quiera) debe salir en una sola pierna lo más rápido posible a coger un pañuelo u otro objeto cuando lo tenga se devuelve y pasa por medio de las piernas de los compañeros hasta llegar al último que es el que enseguida va realizar el ejercicio (sin necesidad de que el profesor diga numero) el equipo ganador es el que consiga más puntos y pone penitencia a los demás equipos.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Acoplamiento y Combinación) **Ejercicio de coordinación:** Se distribuyen por filas en cada estructura y cada niño sale y debe realizar saltos bipodal sobre la escalera. Inicia con un pie dentro de la cuadrante de la escalera y el otro por fuera, cada vez que realice el salto bipodal, cambia la pierna que estaba dentro queda afuera y la que estaba afuera va dentro. Los saltos se realizan frontales. Al finalizar la estructura trota hasta el cono y regresa caminando. **Definición al arco:** El jugador debe ir en velocidad (10m) de estaca a estaca y pega al arco. El jugador debe de saltar por encima de 3 obstáculos y rematar al arco. El jugador debe de venir de espaldas y girar rápidamente para rematar al arco. El jugador debe lanzar desde la posición de saque de banda y llegar en velocidad para el remate. Todos los ejercicios deben de estar apoyados por el entrenador para realizar el pase que lleva a la definición. Las variantes están determinadas por el entrenador siempre y cuando se realicen saltos, giros, velocidad, y lanzamientos y combinándolos. Futbol en espacio reducido		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

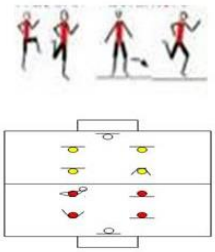
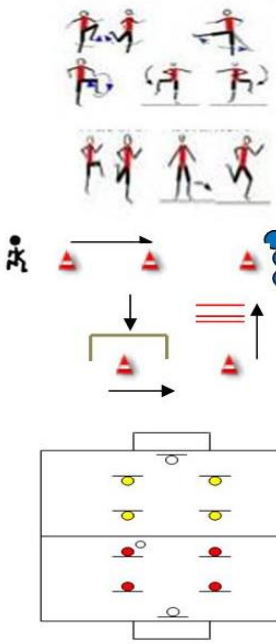
Sesión N° 18

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Velocidad de reacción)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. **Atrapando huevos:** el grupo se divide en tríos. Uno de los jugadores se coloca de espaldas a unos 5 o 10m de distancia de sus otros dos compañeros con los 3 balones correspondientes o más si hay buen material. El objetivo consiste en que el jugador de espaldas tira los balones hacia atrás y sus compañeros tratan de no dejarlo caer anticipándose y llevándose los huevos para su nido. Gana el jugador que logre tener más huevos en su nido. Los jugadores van rotando su posición.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Anticipación) **Ejercicio de anticipación con rival:** Se ubican en tríos y un compañero se ubica en frente con balón, los otros dos compañero uno de ellos se sitúa detrás del otro. El jugador o niño que tiene el balón lanza el balón a una altura mediana y el jugador que está situado atrás debe anticipar con la cabeza, para vivenciar la técnica del cabeceo. **Ejercicio de anticipación con remate:** Los jugadores se ubican en tríos. Se utiliza el área específicamente el arco que será custodiado por los porteros. Un jugador detrás de la línea final donde está el arco se hace con balón. Los otros dos se encuentran a una distancia de unos 10-15 m de frente al arco. El ejercicio trata de que el jugador con balón tira un pase largo tratando de buscar uno de sus compañeros que se encuentra por delante del otro, el de atrás tratara de anticipar la jugada y terminar con un remate al arco, en caso tal de que no la quite deberá evitar que el compañero le marque gol. Se van rotando los participantes. Futbol correctivo con arcos.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

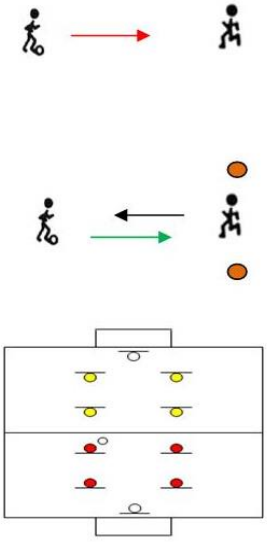
Sesión N° 19

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Generales
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (De Regulación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular: Juego: balón mano. Se divide el grupo en dos (a criterio del profesor) y se trabaja en un espacio reducido determinado. El objetivo es dar el pase al compañero con la mano y sin dejarla caer, el equipo que consiga 10 pases anota un punto. Al final el equipo con menos puntos paga penitencia. Variantes: entrega el balón con el empeine, borde interno, externo, cabeza.etc		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES (De Regulación). Explicamos al niño los distintos gestos técnicos para desarrollar sus capacidades coordinativas y de locomoción. -Técnica del braceo (biomecánica). - Técnica del taloneo. - Skiping. - aducción. - abducción. - Técnica de carrera. - técnica para realizar el rollito. - arrastre bajo. Etc. **Juego de competencia**: Se divide el grupo homogéneamente en cuanto a la capacidad de los alumnos, se distribuyen en dos grupos y cada grupo se ubica en cada estación, cada estructura tiene las mismas tareas indicadas por el profe. El niño debe salir y aplicar dentro de la estructura las tareas indicadas que son los gestos técnicos, de skiping, taloneo, arrastre bajo, aducción y abducción para desarrollar sus capacidades coordinativas y al finalizar la estación él debe tomar un balón que está ubicado al final y tratar de encestar el balón en el canasto que está ubicado a 3 mts. El grupo que mas enceste balones en el tiempo estipulados gana. Futbol correctivo libre con arcos.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

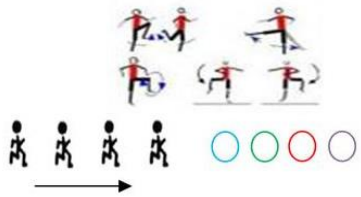
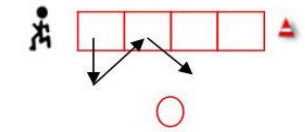
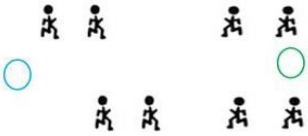
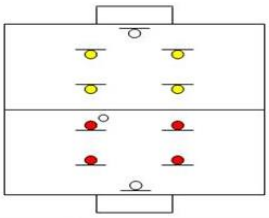
Sesión N° 20

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Generales
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Adaptación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⧗
Charla. Movilidad articular. Calentamiento lúdico y de coordinación, en parejas y en grupo realizando la movilidad articular general y flexión de cadera, extensión de cadera, aducción, abducción, etc.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⧗
CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES (De Adaptación). Desarrollo coordinativo incluyendo un elemento técnico. Skiping en el puesto y cuando el compañero le realiza el pase, él debe realizar pase con la cabeza. Este trabajo lo realiza uno y luego el otro compañero. Con una pelota. Taloneo en el puesto y cuando el compañero le realiza el pase, él debe realizar pase con la cabeza. Este trabajo lo realiza uno y luego el otro compañero. Con una pelota. Abducción y aducción en el puesto y cuando el compañero le realiza el pase, él debe realizar pase con la cabeza. Este trabajo lo realiza uno y luego el otro compañero. Con una pelota. Variante: Se le incluirá un trabajo que desarrola su capacidad de concentración por medio de la memoria. El niño apenas realize el pase con la cabeza debe decir un color, luego cuando vuelva a realizar el pase dice ese mismo color más otro y así sucesivamente, debe tartar de mantener el orden de los colores. Futbol correctivo.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⧗
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

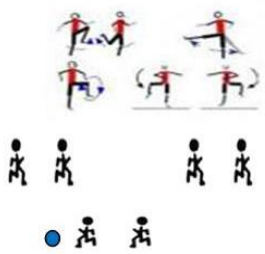
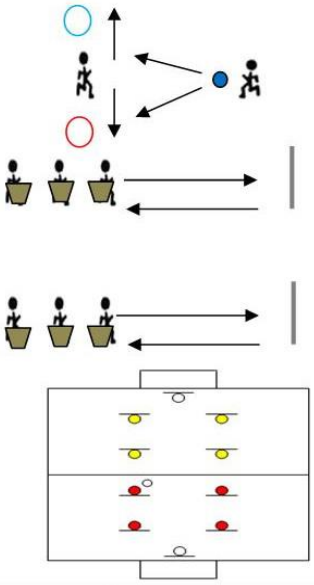
Sesión N° 21

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Orientación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	
Charla. Movilidad articular. **Relevos:** Consiste en, el primero sale botando y deja el balón en el primer aro, el segundo coge el balón y lo deja en el segundo..., así sucesivamente hasta que salgan todos los niños, gana el más rápido.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Orientación) **Ejercicio con saltos de 45°:** Se distribuyen por filas en cada estructura y el niño parte con una pierna dentro de la escalera y otra por fuera de ella, su desplazamiento será de frontal con saltos bipodal y quedando un pie por dentro de la escalera más atrasado que el pie que va por fuera. Variante: Se realizará el mismo trabajo pero su desplazamiento será de espalda la estructura. **Casa por parejas:** Se organizan por parejas y cada pareja tendrá un aro asignado, en donde una de las parejas estará sin aro. Dentro de la estructura cada pareja deberá realizar pases con a ras de piso trabajando ambos perfiles y a la orden del pito cada pareja debe ubicarse en un aro y la pareja que se quede sin aro tiene un punto menos. La pareja que menos puntos tenga perderá. Futbol libre en espacios reducidos.	  	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

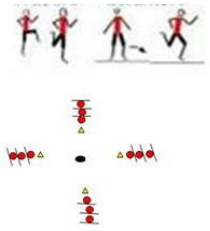
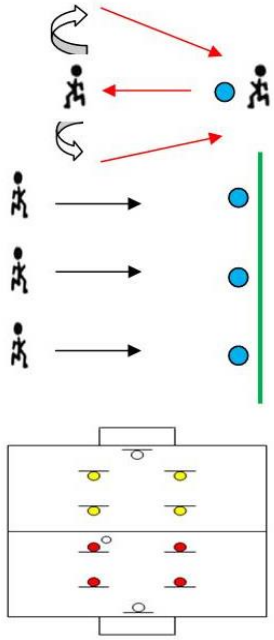
Sesión N° 22

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Equilibrio)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla Movilidad articular. **Lleva en parejas con balón:** Se distribuyen por parejas y se ubican dentro de la estructura o cuadrante, una de las parejas inicia como lleva tendrá un balón. Cada pareja de estar tomada de la mano y para poder pasarle la lleva a otra reja deberá tocarlos con el balón.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Equilibrio) **Trabajo de estabilización y propiocepción:** El niño debe realizar un trabajo de equilibrio con apoyo unipodal, trabajando ambos perfiles en donde a su lado derecho como izquierdo tendrá un aro y un compañero se ubicara en frente del con balón, ahí deberá saltar de forma unipodal y su compañero debe esperar que se estabilice en 2 seg y ahí lanzarle el balón y el debe realizar pase con la mano. Variante: Se incluye trabajo técnico de cabeceo. **Relevos con costal:** Se distribuyen en dos grupos homogéneamente por sus cualidades, se ubica cada grupo en fila y cada niño deberá tener un costal. El juego cosiste en dirigirse hasta una línea meta que está ubicada en 5 mts y regresar. Cuando el niño regrese saldrá su compañero siguiente y así sucesivamente. El grupo que termine más rápido ganará. Se dará oportunidad para que el grupo que perdió tenga la posibilidad de igualar la serie. Futbol en espacio reducido.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

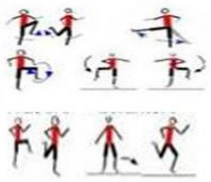
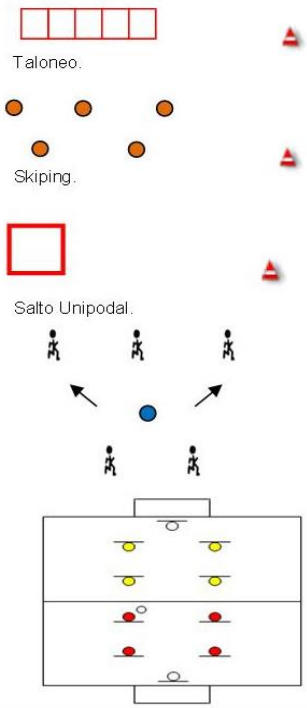
Sesión N° 23

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Velocidad de Reacción)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⧖
Charla. Movilidad articular. **Cruz competitiva:** se divide el grupo en 4 sub-grupos (homogéneamente) se colocan detrás de los conos que forman la estructura de la cruz y a su vez se enumeran los integrantes de cada grupo del 1 al número total de participantes. El juego consiste en que a la orden del profesor (numero que quiera) debe salir en una sola pierna lo más rápido posible a coger un pañuelo u otro objeto cuando lo tenga se devuelve y pasa por medio de las piernas de los compañeros hasta llegar al último que es el que enseguida va realizar el ejercicio (sin necesidad de que el profesor diga numero) el equipo ganador es el que consiga más puntos y pone penitencia a los demás equipos.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⧖
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Reacción) **Ejercicio de reacción:** Reacción simple, el niño se ubica dentro de un aro y realizará skiping. A la orden de un pito él se sentará y a la orden de 2 pitos deberá hacer estatua. Se trabajará taloneo, títere, etc. Variante: Reacción compleja, a la orden de un aplauso el deberá hacer estatua y a la orden de 2 deberá sentarse. **Juego de reacción compleja:** Se ubica todo el grupo en la línea de meta uno al lado del otro y a una distancia de 10 mts se ubicará un balón. Cada jugador o niño se le dará un número correspondiente y a la orden del profe el mencionará dos números y esos dos jugadores deben salir rápidamente a tocar el balón, el que primero lo toque gana. Futbol en espacio reducido.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⧖
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

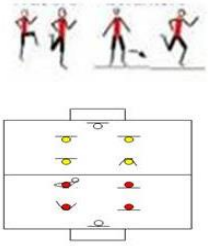
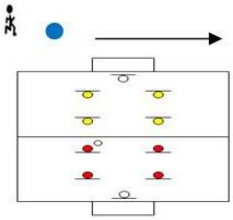
Sesión N° 24

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Ritmo)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. Se realizará un calentamiento general trabajando movilidad articular del miembro superior e inferior, luego multisaltos como skiping, taloneo, elev. De rodillas, desplazamiento lateral, etc.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Ritmo) **Ejercicios coordinativos por estación:** Se distribuyen por grupos en cada estructura para realizar trabajos de coordinación y al finalizar cada estación reciben un pase a ras de piso del compañero del frente, este debe controlar y realizar conducción hasta el cono. **Cielo, mar y tierra:** Se distribuyen en grupos de 5 o 6, se organizan en forma de círculo y uno se sitúa en el centro con un balón. Todos excepción el del centro inician con skiping y el del centro da la guía dice mar y le lanza la pelota a un compañero, este debe decir un animal del mar sin parar el trabajo coordinativo, así mismo será con cielo y tierra. Trabajo se realiza simultáneamente. Variante: Taloneo. Títeres. Elevación de rodillas. Futbol correctivo.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento		**60 min.**

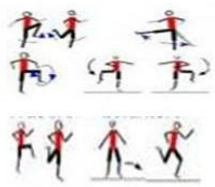
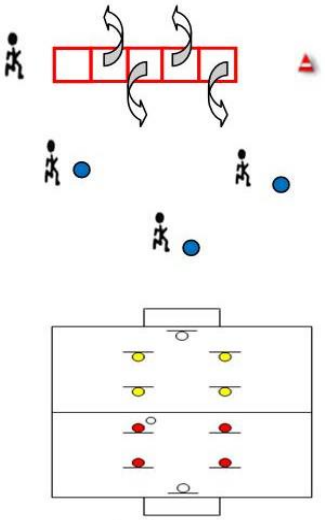
Sesión N° 25

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Diferenciación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad Articular. **Juego de los 10 pases:** formamos dos equipos con igual número de jugadores y delimitaremos un espacio donde se realizara el juego. El juego comienza mediante un lanzamiento del balón al aire por medio del entrenador. El equipo que está en posesión del balón intenta realizar el mayor número de pases consecutivos, mientras el equipo contrario intenta interceptar el balón. Se dará un punto al equipo que realice 10 pases seguidos y ganara el equipo que logre alcanzar 5 puntos. Se puede realizar también con los pies.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Diferenciación) **Ejercicio de coordinación con trabajo técnico:** Realizan trabajo de coordinación con variantes dentro de la estación y al finalizar cada estación un compañero realiza pase a ras de piso y él controla con borde interno y conduce hacia su compañero. **Diferenciación temporo-espacial:** **Carreras:** El ejercicio consiste en mejorar las dimensiones temporo espaciales, realizando el niño auto pases cortos, medianos y largos, haciendo cambios de velocidad y debe ir detrás del balón. Variante: Luego se distribuyen en parejas y se realizará de forma competitiva, donde cada uno realiza el auto pase, pero la distancia la da el entrenador si corta, mediana o larga. Y el que primero llegue a su balón gana. Futbol correctivo.	 Elev. Rodillas – Unipodal - Taloneo Skiping en Cruz – Bipodal - Títeres Corta – Mediana - Larga 	**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

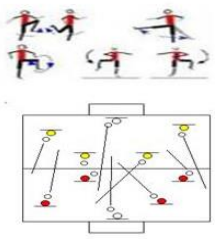
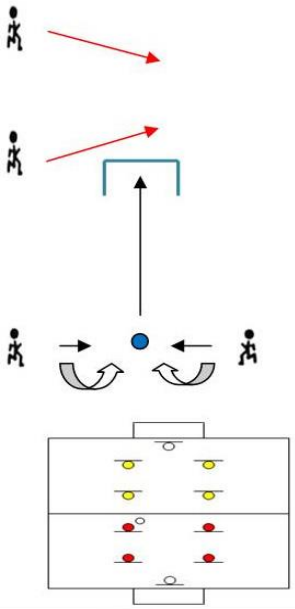
Sesión N° 26

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Acoplamiento y Combinación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⧖
Charla. Movilidad Articular. Calentamiento lúdico y de coordinación, en parejas y en grupo realizando la movilidad articular general y una que otra compleja (flexión de cadera, extensión de cadera, aducción, abducción, etc. Y muchos más movimientos dirigidos por el profesor).		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⧖
CAPACIDAD COORDINATIVA ESPECÍFICA (De Acoplamiento y Combinación) **Ejercicio de coordinación:** Se distribuyen por filas en cada estructura, donde el niño se ubica al lado de la escalera y realiza desplazamientos frontales en zig – zag, pasando el pie más lejano por detrás y así sucesivamente. Al finalizar la estructura el recibe una pase - controla y conduce el balón hasta el cono. **Malabarismo con memoria:** Cada jugador realiza malabarismo con el balón y la regla es que mientras lo realiza el debe ir diciendo marcas de ropa, pero no puede repetir una marca porque sino debe iniciar nuevamente. Variante: Cada vez que dice una marca de ropa, luego debe decir la que mencionó más otra y así sucesivamente sin repetir. Futbol en espacio reducido		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⧖
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

Sesión N° 27

Categoría:	Baby	**edad:**	8 - 10 años	**tema:**	Capacidades Coordinativas Específicas
Objetivo:	Desarrollar las capacidades coordinativas específicas (Anticipación)				
Metodología:	Ejercicio, método de juego, futbol correctivo				
Materiales a usar:	Balones, topes, conos, aros, petos				

Fase Inicial	**Grafico**	⏳
Charla. Movilidad articular. **Juego: vaciar el campo:** Distribuiremos los jugadores en dos campos y en cada campo dejaremos una pelota por jugador. A la señal del entrenador cada equipo intenta sacar las pelotas de su campo y lanzarlas al campo contrario, utilizando cualquier segmento corporal 8manos, pies…) al acabar el tiempo preestablecido (3-4 min.) se efectuara un recuento para saber qué equipo tiene menos balones en su campo. Ese equipo será el ganador.		**15 Min.**
Fase Central	**Grafico**	⏳
Ejercicio de anticipación con rival: Se ubican en parejas con balón, ambos se deben sentar con el balón en frente a una distancia de 6mts, a la orden del profe se paran rápidamente y en velocidad uno de los dos tratar de ganar el balón. Variante: Con un arco en frente deben realizar el mismo ejercicio y quien anticipe el balón primero conduce y remata al arco. **Ejercicio de anticipación con rival:** Se ubican en parejas con balón, uno se ubican en frente del balón a una distancia de 10 mts y el otro compañero igual, pero por el otro costado. A la orden del profe deben salir en velocidad a tratar de llegar primero al balón. Variante: Con un arco en frente del balón, a la orden del profe deben salir en velocidad y quien anticipe primero el balón remata, si el compañero remata su pareja paga penitencia asignada por el profe. Futbol correctivo con arcos.		**10 Min.** **10 Min.** **20 Min.**
Fase Final	**Grafico**	⏳
Retroalimentación.		**5 Min.**
Tiempo Total De Entrenamiento	**60 min.**	

6. METODOLOGÍA

La metodología aplicada a este proyecto se basa en un estudio de tipo Cuali - cuantitativo, experimental; que permitirá conocer el proceso y respectivo progreso en cada uno de los niños (20 DE MUESTRA) vinculados a una academia de fútbol, de la ciudad de Santiago de Cali, en el Valle del Cauca Colombia

Para lo cual se hace un primer muestreo realizando los ocho (8) test de coordinación motores, básicos de movimiento y desplazamiento, con y sin balón; que le permitirán ejercitar desarrollar y mejorar su condición Técnica para la disciplina deportiva del Futbol.

3 Tiempos: 1° TIEMPO DE ENSAYO (no se tuvo en cuenta), UN 2°do TIEMPO SE TOMA SIN BALON P1, Y UN 3°er TIEMPO CONDUCIENDO EL BALON P2; esto al inicio y después al final de la realización de la propuesta.

1) Ensayo
2) Muestreo inicial
3) Muestreo final

Estos test se realizaran y ejecutaran con la ayuda del docente encargado; del grupo, y su fin primordial será el de ejercitar y mejorar la técnica o sus aspectos técnicos de modo individual, pero que al final beneficiara, al grupo como tal.

El grupo de análisis es un grupo conformado por 20 niños que oscilan entre 8 y 10 años de edad, De categoría Baby con los que se tomaron 6 muestras en los 8 test que se aplicaron.

El trabajo a realizar con ellos dependerá de las circunstancias climatológicas, del tiempo que el profesor encargado del grupo facilite y permita trabajar y de la competencia que se está llevando a cabo con ellos; pues están participando en tres (2) torneos de su categoría (Torneo de la Liga Vallecaucana de futbol, y torneo de la Universidad del Valle).

6.1 POBLACIÓN Y/O MUESTRA

Además con el fin de realizar mi practica en una reconocida academia de la ciudad de Santiago de Cali, quienes me abrieron las puertas de dicha institución y así cumplir con una de las asignaturas obligatorias dentro del pensum de Profesional en Ciencias del Deporte; se observa un faltante, en la gran mayoría de las categorías, pero se realiza un trabajo de campo de corte Cuali – cuantitativo experimental, con dichos niños y tomando una muestra (20) de los 52 niños de la escuela de futbol, cuyos días de entrenamiento son lunes miércoles y viernes a la semana.

7. TEST COORDINATIVOS APLICADOS

PROTOCOLO TEST DE COORDINACION

El Test es la mejor manera de conocer las condiciones y capacidades físicas de nuestros evaluados; se constituye en una herramienta o técnica que los maestros o profesores usan para medir el nivel de conocimientos y habilidades que se puedan presentar en una persona; en este caso en los niños deportistas.

A continuación presento los test a realizar con el grupo de niños durante la clase:

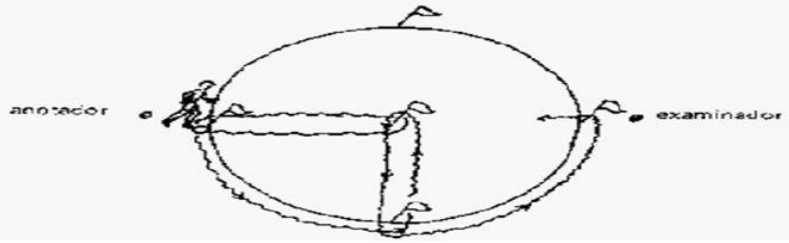
1 ***Test de conducción del balón***

- Propósito: Medir la habilidad del jugador para conducir el balón rápidamente en línea recta, en curva y en cambio de dirección.
- Material: Balones oficiales, círculo del centro del terreno, 5 banderolas de 1,50mts de altura y cronómetro.
- Ejecución: El jugador se sitúa en el lugar de partida con el balón en el suelo. A la señal del examinador de "listo" – "ya" conduce el balón hacia el centro del círculo, da la vuelta a la banderola allí colocada (1), regresa a la línea de partida pasando por detrás de la banderola 3 por el lado exterior y se dirige a la 1 para hacer lo mismo, regresando a la 3 para reiniciar la vuelta al círculo. Así continúa hasta que concluye el ejercicio al detener el balón (con uno o ambos pies) pasada la línea media del círculo, después de darle la vuelta completa al círculo.
- Reglas:

1. No se puede tocar el balón con las manos, ni tumbar una banderola, ni tocar con el balón la línea del círculo cuando se conduce alrededor de éste. Cada infracción se sanciona añadiendo 2 segundos al tiempo total.
2. Si el balón es conducido por delante de una banderola (lado interior) se anula el intento.
3. El cronómetro se pone en marcha cuando el jugador golpea el balón por primera vez y se detiene cuando completa la vuelta y para el balón después de pasar la línea media.
4. Se conceden dos intentos con algún descanso entre ellos después de una breve práctica.

- Anotación: Se anotan los dos intentos en segundos y décimas, acreditándose el mejor de los dos (Pineda Carmona, Galicia Reyes, & Lopez).

Grafica del test de conducción del balón N°1



2 Test de conducción de balón

Descripción:

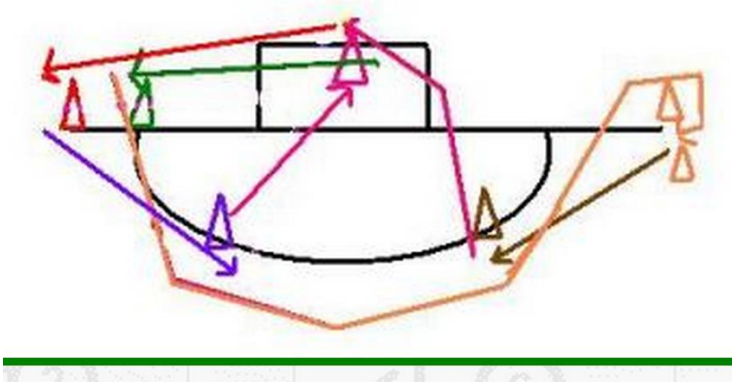
Los dos conos naranjas colocados en el córner, será la salida del circuito de conducción. Se colocarán también los siguientes conos:

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

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

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

Grafica del Test de conducción de balón N° 2



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

***Valoración final / Sistema de puntuación*:**

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

% = (Tiempo de conducción sin balón / t. con balón) x 100

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

3. Test equilibrio del flamenco: el evaluado tomara un pie en posición parado de forma unipodal durante un minuto; se deberá tomar, la cantidad de veces que el evaluado bajara el pie, o perderá el equilibrio.

4. Se ubicaran 6 conos o topes, en el suelo, a los cuales el niño deberá ir en carrera (de acuerdo al número), posteriormente; correrá velozmente desplazándose en línea recta 10 metros, hasta el cono final lo más rápido posible, tomando el mejor tiempo de 2 intentos.

2 4 10 Mts
1 6 _____ X
3 5

2 REPETICIONES SE TOMA MEJOR TIEMPO

5. El jugador deberá saltar en las 4 esquinas siempre de frente y de espaldas, pero regresando al mismo lugar (11 SALTOS).

2 3 IDA VUELTA AL CONO Y REGRESA
1 ---------- X
5 4 10 Mts

6. El jugador realizara zigzag, en medio de los conos, subirá al cono B. y hará un cambio de dirección, luego bajara al cono C. hará otro cambio de dirección, y se desplazara hasta el cono D. donde realizara otro cambio de dirección, y terminara en velocidad en el cono E. (LOS CAMBIOS DE DIRECCIÓN SERÁN CON GIRO, Y TODA LA PRUEBA SERÁ DE VELOCIDAD; TOMANDO EL MEJOR TIEMPO DE 2 INTENTOS)

B. X

A. X X X X X D. X ---------- E.

C. X

7. El jugador deberá desplazarse desde el primer cono (A.), hasta el segundo de frente (B.) regresando de espaldas al primero (A.); luego saldrá hasta el tercer cono (C.) y deberá regresarse hasta el segundo (B.) y así, sucesivamente hasta llegar al cono final (E.)

A. <----------

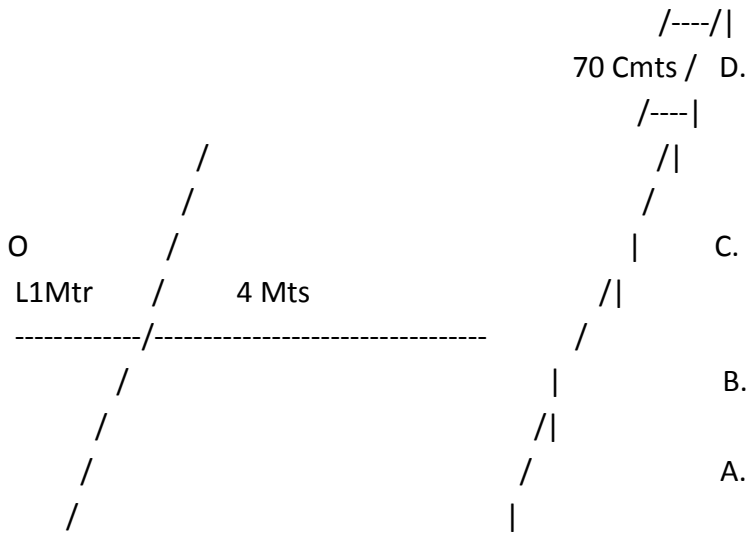
B. <----------

C. <----------

D. <---------- E.

8. OCULO PEDICO: Se ubicaran 4 porterías de 70 cm; separadas a 1 metro de distancia cada una, se trazara una línea de tiro a 4 metros; y se colocara un balón 1 metro antes; el jugador deberá patear, anotar el gol correr por el balón y pasara a la 2da portería;

(SOLO SI ANOTA GOL PODRÁ CONTINUAR A LA PORTERÍA SIGUIENTE, DE LO CONTRARIO CONTINUARA EN LA PORTERÍA DONDE FALLO EL GOL… EL TIEMPO SE DEBE MEDIR EN MINUTOS, SEGUNDOS Y DECIMAS DE SEGUNDO).



8. MUESTRAS

Dentro de las pruebas que se pudieron aplicar se encuentran cuatro (4) pruebas de coordinación dinámica, acompañadas de velocidad pues es necesario que los test se realicen bien en tiempo y coordinadamente aplicadas a cada uno de los niños, le P1 muestra la primer vez que se aplicó la prueba y se sumó y promedió el rendimiento de la misma; si se observa el P2 en la mayoría de los niños se mejoró de modo considerablemente, si no fue mucho en cuanto a tiempos, pude decirse que su desarrollo motor cambió y que si esto se aplica a un mayor tiempo, y a una serie de clases como la propuestas estos niños podrán seguir mejorando, esto beneficiando al niño de modo individual y al grupo como tal, que a la postre se verá reflejado en resultados dentro del campo de juego, y esto directamente hará que se mejore su condición físico - técnica (coordinación).

Al haberse realizado los test físicos a los niños de la academia podemos decir que hubo un mejoramiento, en el desarrollo de su capacidad física, en la conducción del balón beneficiando esto al grupo.

Cuadro número 1. Muestreo de tiempo Test N° 1

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	13,94	13,75
2	10	12,44	12,12
3	10	15	13,09
4	10	13,85	13,12
5	10	12,23	13,10
6	10	14,63	12,53
7	10	11,78	11,38
8	10	13,65	13,03
9	10	13,25	12,53
10	10	14,25	13,06
11	10	12,81	13,32
12	10	13,72	11,94
13	10	12,56	12,38
14	10	12,37	11,82
15	10	13,15	13,34
16	10	14,31	17,41
17	10	11,91	11,97
18	10	12,09	12,78
19	10	13,31	12,41
20	10	13,34	13,84

Cuadro número 2. Muestreo de tiempo Test N° 2

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	18,49	20,45
2	10	19,20	18,39
3	10	20,53	25,99
4	10	22,39	29,12
5	10	28,	30,35
6	10	23,56	22,3
7	10	25,78	31,24
8	10	25,99	23,
9	10	26,09	19,02
10	10	27, 23	28,33
11	10	27,99	35,33
12	10	28,33	32,
13	10	29,00	27,99
14	10	29,12	29,00
15	10	30,35	23,56
16	10	31,24	25,78
17	10	32,	34,48
18	10	34,48	26,09
19	10	35,33	27, 23
20	10	18,39	21,45

Cuadro número 3. Muestreo de tiempo Test N° 3

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	18,39	13,75
2	10	35,33	12,12
3	10	34,48	13,09
4	10	33,2	13,12
5	10	32,99	13,10
6	10	32,	12,53
7	10	30,45	11,38
8	10	30,32	13,03
9	10	29,15	12,53
10	10	27, 23	13,06
11	10	23,45	13,32
12	10	18	11,94
13	10	22,12	12,38
14	10	30, 34	11,82
15	10	29, 56	13,34
16	10	28, 73	17,41
17	10	29,49	11,97
18	10	19,00	12,78
19	10	32,3	12,41
20	10	34,78	13,84

Cuadro número 4. Muestreo de tiempo Test N° 4

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	13,94	18,39
2	10	12,44	27, 23
3	10	15	35,33
4	10	13,85	34,48
5	10	12,23	29,00
6	10	14,63	31,24
7	10	11,78	32,
8	10	13,65	28,33
9	10	13,25	30,35
10	10	14,25	29,12
11	10	12,81	23,45
12	10	13,72	18
13	10	12,56	22,12
14	10	12,37	30, 34
15	10	13,15	29, 56
16	10	14,31	28, 73
17	10	11,91	29,49
18	10	12,09	19,00
19	10	13,31	32,3
20	10	13,34	18,39

Cuadro número 5. Muestreo de tiempo Test N° 5

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	13,94	13,75
2	10	12,44	12,12
3	10	15	13,09
4	10	13,85	13,12
5	10	12,23	13,10
6	10	14,63	12,53
7	10	11,78	11,38
8	10	13,65	13,03
9	10	13,25	12,53
10	10	14,25	13,06
11	10	12,81	13,32
12	10	13,72	11,94
13	10	12,56	12,38
14	10	12,37	11,82
15	10	13,15	13,34
16	10	14,31	17,41
17	10	11,91	11,97
18	10	12,09	12,78
19	10	13,31	12,41
20	10	13,34	13,84

Cuadro número 6. Muestreo de tiempo Test N° 6

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	13,94	13,75
2	10	12,44	12,12
3	10	15	13,09
4	10	13,85	13,12
5	10	12,23	13,10
6	10	14,63	12,53
7	10	11,78	11,38
8	10	13,65	13,03
9	10	13,25	12,53
10	10	14,25	13,06
11	10	12,81	13,32
12	10	13,72	11,94
13	10	12,56	12,38
14	10	12,37	11,82
15	10	13,15	13,34
16	10	14,31	17,41
17	10	11,91	11,97
18	10	12,09	12,78
19	10	13,31	12,41
20	10	13,34	13,84

Cuadro número 7. Muestreo de tiempo Test N° 7

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	13,94	13,75
2	10	12,44	12,12
3	10	15	13,09
4	10	13,85	13,12
5	10	12,23	13,10
6	10	14,63	12,53
7	10	11,78	11,38
8	10	13,65	13,03
9	10	13,25	12,53
10	10	14,25	13,06
11	10	12,81	13,32
12	10	13,72	11,94
13	10	12,56	12,38
14	10	12,37	11,82
15	10	13,15	13,34
16	10	14,31	17,41
17	10	11,91	11,97
18	10	12,09	12,78
19	10	13,31	12,41
20	10	13,34	13,84

Cuadro número 8. Muestreo de tiempo Test N° 8

SUJETO	EDAD	P1	P2
1	10	13,94	13,75
2	10	12,44	12,12
3	10	15	13,09
4	10	13,85	13,12
5	10	12,23	13,10
6	10	14,63	12,53
7	10	11,78	11,38
8	10	13,65	13,03
9	10	13,25	12,53
10	10	14,25	13,06
11	10	12,81	13,32
12	10	13,72	11,94
13	10	12,56	12,38
14	10	12,37	11,82
15	10	13,15	13,34
16	10	14,31	17,41
17	10	11,91	11,97
18	10	12,09	12,78
19	10	13,31	12,41
20	10	13,34	13,84

9. CONCLUSIONES

- Es indispensable incluir dentro de cada sesión de clase más juegos pre deportivos propios de los niños y del deporte del futbol como tal.

- Trabajar con mayor frecuencia e intensidad estas variantes técnicas, con los niños

- Esta propuesta puede llegar a ser usada en otras categorías menores y mayores, buscando con ello ir perfeccionando el trabajo técnico del deportista.

- Es de marcada incidencia el factor climático, debido a que si hay mucho calor (temperatura), el trabajo deberá realizarse con intensidades medias y bajas, debido a que genera un alto grado de grado de esfuerzo, y si el clima es lluvioso tener en cuenta que el campo de juego estará pesado y generara mayor desgaste.
- Esta propuesta permitió, ejercitar trabajar y desarrollar todos y cada uno de los contenidos aquí expuestos y planteados, con el único fin de ayudar y concientizar que todos tenemos al mejor de lo que deseemos ser; solo debemos dedicar y unificar los esfuerzos por querer alcanzar a ser los mejores.
- Al final algunos de los niños, mejoraron algunos aspectos que antes no manejaban, su ubicación espacio temporal y la ubicación con el entorno, dentro de las situaciones reales de juego.

10. RECOMENDACIONES

- En esta etapa (8 – 10 Años) es importante tener cuidado con el manejo de la competencia para con los niños; debido a que se manejaran tiempos y esto puede generar burlas y “acoso”, por parte de los mejores tiempos o marcas.

- En caso de ser aplicada esta propuesta a otras categorías, se deberá tener en cuenta, que factor o cual va ser el énfasis u objetivo principal a trabajar en esta edad, teniendo en cuenta, que en el manejo de tiempos, no se torne aburrida la práctica.

- En cada unidad de entrenamiento debe insistirse en el cumplimiento de cada una de las tareas a desarrollar, específicamente en la cual el niño centre su atención, permitiendo un mejor desarrollo de los mecanismos de percepción decisión y ejecución.
- Para tener en cuenta, se debe hacer mucho énfasis en trabajos de propiocepción y dedicarle un buen tiempo a la explicación de cada una de as sesiones, al igual que en el momento de la ejecución de los test.
- Siempre realizar un buen calentamiento especifico haciendo énfasis en los grupos musculares que se van a trabajar principalmente.
- Trartar de buscar el apoyo de otra persona para la parte logística, toma de tiempos y ejecución de los test; pues son un poco cuidadosos y deben tomarse los tiempos con la mayor exactitud.

11. BIBLIOGRAFIA

1. LORENZO F. Diseño y estudio científico para la validación de un test motor original, que mida la coordinación motriz en alumnos/as de Educación básica secundaria. Editor: editorial de la universidad de granada autor: Flaviano Lorenzo Caminero d.l.: gr 3998-2009 ISBN: 978-84-692-7862-8.
2. CASTAÑER, M. y CAMERINO, O. (1991): *La E. F. en la enseñanza primaria.* Ed. Inde. Barcelona.
3. ANTÓN, J. (1990) Balonmano. Fundamentos y etapas de aprendizaje. Gymnos, Madrid.
4. BAENA EXTREMERA, A. (2006) "El diseño de la programación de aula en el área de Educación Física" Lecturas: Educación Física: Revista Digital.
5. BLÁZQUEZ, D. (1993): Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria. Volumen I y II. Ed. INDE. Barcelona.
6. CERCEL, P. (1980) Balonmano. Ejercicios para las fases de juego. Acegraf, Barcelona.
7. DE LA CRUZ, J.C.; MARTÍN, N; LIZAUR, P.; PADIAL, P. LÓPEZ, J.; PINTOR, D; RAYA, A.; SERRA, E.; GARCÍA; M.A.; CEBEIRA, J.; ARELLANO, R.; ANTÓN, J.L. (1989) Entrenamiento deportivo en la edad escolar. Colección Unisport, Málaga.
8. GENERELO LANASPA, E; TIERZ GRACIA, P. (1994) Cualidades físicas I: Resistencia y flexibilidad. Imagen y deporte S.L. Zaragoza.
9. GENERELO LANASPA, E; TIERZ GRACIA, P. (1994) Cualidades físicas II: Fuerza, velocidad, agilidad y calentamiento. Imagen y deporte S.L. Zaragoza
10. MARTA G. G Madrid, 2004 Problemas Evolutivos De Coordinación Motriz Y Percepción De Competencia En El Alumnado De Primer Curso De Educación Secundaria Obligatoria En La Clase De Educación Física.
11. CAGIGAL, JM (1957). Hombres y deporte. Madrid: Taurus, Col. La Veleta N
    El desarrollo psicomotor desde el nacimiento hasta los 6 años. Barcelona: Paidós.
12. Actividad Física Adaptada: El juego y los alumnos con discapacidad. Barcelona: Paidotribo, desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona: Grijalbo, cap. 5 y 6.
13. BURGOS A.; COLMENARES K.; COLMENARES Y....; Evaluaciones Psicomotores Universidad pedagógica Experimental, Libertador Instituto De Mejoramiento Profesional Del Magisterio.
14. BERRUEZO, P.P. (2000): El contenido de la psicomotricidad. En Bottini, P. (ed.) Psicomotricidad: Prácticas y conceptos. pp. 43-99. Madrid: Miño y Dávila. (ISBN: 84-95294-19-2).

15. ARNAIZ P. (1987): Evolución y contexto de la práctica psicomotriz. Murcia: Publicaciones de la Universidad de Murcia.
16. BERRUEZO, P. P. (1990): La pelota en el desarrollo psicomotor. Madrid: CEPE.
17. BERRUEZO, P.P. (1993): "La psicomotricidad: definición, conceptos básicos, objetivos y contenidos", en REQUENA, M.D. y VÁZQUEZ-DODERO, B. (eds.): Desarrollo Cognitivo y Motor. Madrid: MEC.
18. BERRUEZO, P. P. y GARCÍA, J.A. (1994): Psicomotricidad y Educación Infantil. Madrid: CEPE.
19. Basquin, M. (1995). Usos actuales del concepto de Psicomotricidad. Barcelona: Masson.
20. Basurto, B. (1953). La lectura: principios y bases para la enseñanza y mejoramiento en todos los grados de la Escuela Primaria. México: Luis Fernández G.
21. BOTTINI, P. (2000). Psicomotricidad: prácticas y conceptos. Madrid: Miño y Dávila.
22. CAMPS, C. & VISCARRO, I. (1999). "La actitud del educador en psicomotricidad". Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias, 61–62. Madrid: CITAP, 39–45.
23. CASTELO, M. & HERRERO, A. B. (1994). "La psicomotricidad como base del Proyecto Educativo de la escuela infantil Mi escuela" (Madrid). Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias, 48. Madrid: CITAP, 59–62.
24. FORTEZA A. El entrenamiento deportivo editorial ciudad de la habana; (1992) 146 páginas.
25. CORREA.; M Entrenamiento deportivo teoría y metodología; 2002.
26. CORREA VILORIA, Milton. Texto Guía de Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo General en la ciudad de Santiago de Cali. 2009. Texto Guía.
27. CUENCA, F; Y RODAO, F.; Como Desarrollar La Psicomotricidad En El Niño… 2da Edición; Narcea S.A Ediciones.
28. RAIMONDI, P. Cinesiología Y Psicomotricidad Modelo Psicomotor, Análisis Del Movimiento, Morfología Humana…; Editorial Paidotribo Primera Edición
29. TRIGO E. Y COLABORADORES; Creatividad Y Motricidad 1999; PUBLICACIONES INDE Barcelona España.
30. LORES I, A.; ORDOÑEZ R. Aspectos Generales Del Niño Sordo Preescolar y Propuesta De Una Guía De Ejercicios Para La Educación Psicomotriz.
31. CORPAS RIVERA, F. J., TORO BUENO, S. y ZARCO RESA, J. A. (1991). Educación Física. Manual para el profesor. Málaga: Aljibe.