

# UCUENCA

## Universidad de Cuenca

Faculta de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

**Efectos de la aplicación del Método Coerver en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca.**


Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

**Autor:**

Paul Andres Lema Guanoquiza

**Director:**

Paulina Michelle Pino Arias

ORCID: 0009-0008-1322-304X

**Cuenca, Ecuador**

2024-03-04

## Resumen

El presente proyecto de intervención tuvo como objetivo determinar los efectos de la aplicación del Método Coerver sobre el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca. Dicho método utiliza técnicas que incentivan el desempeño deportivo en el ámbito del fútbol de infantes entre 8 y 10 años de la categoría sub 10 de la academia de fútbol. El estudio utilizó la metodología cuantitativa, de tipo descriptivo y de corte cuasi experimental al tener una población determinada de sujetos de estudio. La variable dependiente de esta investigación son los fundamentos técnicos del fútbol evaluando: pase, recepción, control y remate. Primero, a los infantes se les realizó una evaluación inicial para valorar los fundamentos técnicos con test específicos posteriormente aplicar el Método Coerver y finalmente se realizó una evaluación final acerca de las variables tomadas inicialmente. Con base en estas variables los datos fueron analizados y se comprobó el efecto positivo que tuvo el programa. Se concluye que los jugadores infantes han tenido mejoras significativas con un valor de  $p \leq 0$ , en las medias de sus fundamentos técnicos tras la comparación del pre y post test, con la implementación del método de entrenamiento Coerver.

*Palabras clave:* edades tempranas, fútbol formativo, fases sensibles



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

**Repositorio Institucional:** <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

### Abstract

The objective of this intervention project was to determine the effects of the application of the Coerver Method on the development of the technical foundations of football in children under 10 years old of the Cantera F.B. football academy from the city of Cuenca. This method uses techniques that encourage sports performance in the field of soccer for children between 8 and 10 years old in the under 10 category of the soccer academy. The research used quantitative, descriptive and quasi-experimental methodology by having a specific population of study subjects. The dependent variable of this research is the technical foundations of football evaluating: passing, reception, control and finishing. First, the infants underwent an initial evaluation to assess the technical foundations with specific tests, then apply the Coerver method and finally a final evaluation was carried out on the variables initially taken. Based on these variables, the data were analyzed and the positive effect that the program had was verified. It is concluded that the infant players have had significant improvements in their technical foundations after comparing the pre and post test, with the implementation of the Coerver training method

*Keywords:* early ages, training football, sensitive phases



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

**Institutional Repository:** <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

## Índice de contenido

Capítulo I.....	10
1. Introducción .....	10
1.1 Planteamiento del problema.....	11
1.2 Justificación.....	13
1.3 Objetivos .....	13
1. 1.3.2. Objetivos Específicos: .....	14
Capítulo II.....	15
2. Marco Teórico.....	15
2.2 Antecedentes .....	15
2.2 Fundamentación teórica .....	16
2.2.1. Método Coerver .....	16
2.3 Marco conceptual.....	18
2.3.1 El fútbol como deporte.....	18
2.3.2 Preparación técnica del fútbol.....	19
2.3.3 Importancia del entrenamiento de la técnica en el fútbol .....	20
2.3.4 Fundamentos técnicos del fútbol .....	21
2.3.5 Etapas formativas en el fútbol.....	23
2.3.6 Fases sensibles de desarrollo: características en 8 a 10 años.....	24
2.3.7 Fundamentos técnicos: definiciones y características en etapas formativas .....	26
2.3.7.1 Conducción.....	26
2.3.7.2 Control .....	27
2.3.7.3 Pase.....	27
2.3.7.4 Definición.....	28
2.3.8 Habilidades y destrezas en el fútbol .....	28
2.3.9 Métodos de enseñanza del fútbol en etapas formativas .....	29
2.3.9.1 Global .....	30
2.3.9.2 Analítico.....	30
2.3.9.3 Mixto .....	30
2.3.10 Método Coerver.....	31
2.3.11 Fundamentos y estructura del Método Coerver .....	31
2.3.12 Estructura del Método Coerver .....	32
2.3.13 Test específicos para medir las habilidades motrices específicas en el fútbol ....	33

Capítulo III.....	36
3. Metodología.....	36
3.1 Población y muestra de estudio.....	36
3.2 Criterios de inclusión y exclusión.....	36
3.2.1 Criterios de inclusión.....	36
3.2.2 Criterios de exclusión .....	37
3.3 Procedimiento de la aplicación .....	37
3.4 Evaluaciones .....	38
3.4.1 Materiales de evaluación .....	38
1.4.2 Protocolo de evaluación .....	38
1.5 Método Coerver.....	38
1.6 Operacionalización de variables .....	40
1.7 Métodos y técnicas de análisis .....	42
Capítulo IV .....	43
4. Resultados.....	43
4.1 Estadísticos descriptivos.....	43
4.2 Normalidad de los datos .....	43
4.3 Estadísticos descriptivos de la variable habilidades motrices específicas del fútbol 44	
4.4 Estadísticos descriptivos de la variable habilidades motrices específicas del fútbol 44	
4.5 Evaluación de las significancia estadística de las diferencias pre y post test de la variable fundamentos técnicos del fútbol .....	46
Capítulo V .....	47
5. Discusión .....	47
Capítulo VI .....	49
6. Conclusiones y recomendaciones .....	49
6.1 Conclusiones.....	49
6.2 Recomendaciones .....	50
Referencias.....	52
Anexos .....	57
Anexo A.....	57
Anexo B.....	60

**Índice de figuras**

Figura 1: Niveles del Método Coerver.....	33
Figura 2: Diagrama de caja de las medias de las pruebas de la variable fundamentos técnicos del fútbol .....	45

**Índice de tablas**

Tabla 1: Fases Sensibles .....	25
Tabla 2: Método Coerver .....	39
Tabla 3: Operacionalización de las variables.....	40
Tabla 4: Estadísticos descriptivos de los participantes .....	43
Tabla 5: Diferencias de la normalidad de los test .....	44
Tabla 6: Estadísticos descriptivos de la variable habilidades motrices específicas del fútbol .....	44
Tabla 7: Estadísticos descriptivos de las diferencias de las pruebas evaluadas en relación a los fundamentos técnicos del fútbol .....	46

### Dedicatoria

Dedico mi tesis a mis padres, Carlos Lema y Rosa Guanoquiza , las dos personas que siempre me han apoyado en todo lo que he hecho, por su amor incondicional hacia mí, por todas los sacrificios que han hecho para que nunca me falte nada, por enseñarme a ser un excelente ser humano lleno de valores y siempre humilde ante cualquier contexto, por enseñarme que no hay nada más satisfactorio que lograr un triunfo dando el máximo esfuerzo, por enseñarme que no hay que creerse más que nadie pero tampoco menos que nadie, por todo, esto es para mis amados padres y hermana.

A mis mentores René y Cecibel agradecerles por ser unas excelentes personas y un ejemplo a seguir, quien me ha apoyado en diferentes ámbitos y a no darme por vencido en la culminación de mi carrera.

De igual manera le dedico a mi novia Belén Padilla una persona que llegó a mi vida a darme mucho amor y apoyo, que ha estado conmigo en las buenas y en las malas, por nunca dejarme caer y siempre alentarme a seguir con todos nuestros objetivos y por siempre creer en mí, por siempre hacerme dar la mejor versión de mí, por todo esto, esto es para ti mi amada Belén.



### **Agradecimiento**

En primer lugar, darle las gracias a Dios y a la Virgen, por darnos salud y vida, por llenarnos de bendiciones, fortaleza, sabiduría y la humildad para seguir adelante en las situaciones más difíciles y sobre todo hacerme mejor ser humano.

Darle las gracias a mí estimada tutora la Mg. Paulina Pino, por guiarme en este proceso y dedicarme su tiempo y sus conocimientos, apoyándome siempre, siendo muy paciente y siempre creyendo en mí.

Agradecer a nuestra prestigiosa Universidad de Cuenca, por brindarnos una educación de primer nivel, a lo largo de nuestro período de preparación profesional y por cada experiencia vivida dentro de la institución.

Agradecer a los dirigentes de la Academia Cantera F.B. Mg, Rene Chaca y Mg. Cecibel Vanegas por abrirme las puertas a su institución y permitirme aplicar mi investigación y facilitarnos el proceso.

A mi familia y novia por su apoyo, confianza y sobre todo por no dejarme solo durante los momentos más difíciles.

## Capítulo I

### 1. Introducción

El Método Coerver, desarrollado por el neerlandés Wiel Coerver, representa una innovadora y reconocida aproximación en el ámbito del entrenamiento futbolístico. Enfocado en el perfeccionamiento de las habilidades técnicas individuales de los jugadores, este método ha ganado notoriedad por su eficacia en el desarrollo de aspectos fundamentales del juego, tales como el control de balón, el regate y la precisión en los pases. En este contexto, se explorará en la presente investigación el Método Coerver, examinando sus principios, enfoques pedagógicos y su impacto potencial en el desarrollo de futbolistas, con un énfasis especial en la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca.

Este análisis se centrará en comprender cómo la implementación de dicho método puede influir positivamente en el crecimiento técnico de los jóvenes deportistas, proporcionando así una perspectiva esclarecedora sobre su aplicabilidad y beneficios en el ámbito formativo del fútbol. Es por eso que, conscientes de ello, se seleccionó dicho método como enfoque de intervención, considerando su eficacia en el desarrollo técnico individual.

En el capítulo I, se abordarán los aspectos fundamentales del estudio sobre "Efectos de la aplicación del Método Coerver en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca". La justificación destacará las razones clave detrás de la elección de este tema, resaltando la importancia de entender cómo la aplicación del Método Coerver puede impactar en el desarrollo técnico de futbolistas juveniles. Además, se presentarán los objetivos del estudio, con un objetivo general que establece la meta global del proyecto y objetivos específicos que desglosan metas más particulares. Este capítulo proporcionará una visión clara de los fundamentos que respaldan la investigación, delineando los propósitos y alcances del estudio.

En el capítulo II se explorarán las bases teóricas que respaldan la elección del Método Coerver, situándolo en el contexto de los modelos pedagógicos aplicados en el ámbito deportivo. Se prestará especial atención a las características distintivas de este método y su relevancia en la formación técnica de futbolistas jóvenes.

En el capítulo III se detallará la metodología empleada en este estudio, incluyendo el diseño y los análisis aplicados para evaluar los efectos del Método Coerver en los fundamentos técnicos de los niños de la categoría sub 10. Los resultados de la intervención se presentarán

en el capítulo IV, destacando las mejoras observadas a través de la comparación entre el pretest y el posttest.

Finalmente, el capítulo V albergará la discusión y en el capítulo VI las conclusiones y recomendaciones derivadas de este estudio, proporcionando una visión integral de los efectos de la aplicación del Método Coerver en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en niños de la categoría sub 10 en la academia Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca.

### **1.1 Planteamiento del problema**

La sociedad actual posee una característica en el ámbito deportivo: es una cultura “futbolizada” haciendo referencia al alto nivel número de practicantes y seguidores que tiene. El fútbol es la disciplina deportiva más popular en nuestro medio, García del Barrio y Pujol (2007) señalan que, con el paso del tiempo, el fútbol ha adquirido una creciente relevancia en la sociedad, convirtiéndose en un elemento indispensable para promover la inclusión social, educativa y multicultural. Es innegable que, en las últimas décadas, el fútbol ha consolidado su posición destacada, desempeñando un papel crucial en aspectos sociales y educativos, y sirviendo como un eficaz medio de fomentar la inclusión social y el diálogo multicultural. (p. 90). Por su parte, Acuña y Acuña (2016) resaltan que sus atribuciones sociales y culturales trascienden ampliamente los aspectos de diversión y competencia, y van más allá de su naturaleza lúdica y competitiva (p. 31). En este mismo sentido, ha crecido tanto el interés como la demanda de este deporte, lo que ha provocado la creación exponencial de escuelas de fútbol, como una acertada oferta.

En tal contexto, existen numerosos y diversos métodos para el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol, sin embargo, no todos los practicantes logran un aprendizaje armónico en relación a las fases sensibles del desarrollo. La persistencia del método tradicional, enfocado en la neta mecanización de gestos específicos y unilaterales, según Cano (2008), es utilizado con mucha frecuencia por los entrenadores en la mayoría de escuelas especializadas en fútbol y en las escuelas regulares dentro de la Educación Física. Así mismo, Giménez et al. (2010), nos mencionan que las bases técnicas del fútbol se deben trabajar desde la iniciación del niño, ya que para lograr un óptimo desarrollo del mismo se tiene que haber tenido un correcto proceso de enseñanza-aprendizaje. El problema que surge en el fútbol base es que no se tiene un correcto desarrollo y aplicación de metodologías de enseñanza de las bases técnicas, por lo que el jugador llega a presentar muchas limitaciones e insuficiencias técnicas lo que produce un bajo rendimiento deportivo, esto debido a entrenadores y formadores que poseen un conocimiento empírico de la formación en el deporte.

Al hablar específicamente de método tradicional se dice que tiene como objetivo la ganancia de los encuentros deportivos, y deja de lado el desarrollo individual de los niños, generando vacíos en el desarrollo técnico, así como también en la parte psicológica a lo largo de sus procesos de preparación y durante la competencia (Menéndez, 2020). Así mismo, el trabajo coordinativo y la condición física son poco desarrolladas en las escuelas de formación deportiva, debido, entre otras cosas, a la falta de importancia por parte de los docentes desde la clase de Educación Física básica, ello, como resultado de la tecnificación y la tecnología que está terminando por “deformar” las cualidades físicas básicas usadas para el fútbol, al igual que sucede con otras disciplinas deportivas (Jiménez, 2016).

La situación mencionada es una realidad que afecta a la Academia de fútbol Cantera FB en la ciudad de Cuenca. Los antecedentes indican el uso frecuente de enfoques de enseñanza tradicionales que se centran en la mecanización del juego, sin incluir estrategias que promuevan el aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos del fútbol en las fases cruciales del desarrollo. Esto destaca la necesidad de implementar métodos de enseñanza-aprendizaje que respeten las etapas específicas del aprendizaje motor en el fútbol durante las edades tempranas y, al mismo tiempo, logren un desarrollo efectivo de los fundamentos técnicos en este deporte.

En el medio futbolístico-formativo, aparece el Método Coerver (nombrado así por su creador Wiel Coerver de origen holandés), el método consiste en un sistema piramidal de 6 niveles de trabajo. Según Lavandeira (2012) esta estructura orgánica y piramidal permite que se avance de un nivel inferior a un superior solamente al dominar los contenidos de los niveles anteriores. Además, sostiene como principal consigna que la técnica no es innata, sino que se la puede aprender. Con esto se refuerza intensamente la relación entre el futbolista y el balón, de hecho, se enfoca en que el modo de “tratar” al implemento que en este caso es en balón de fútbol y es lo más importante, inclusive por encima del despliegue físico atlético que el juego moderno demanda. Todo esto para que el jugador sea lo más apto posible para resolver situaciones de presión, donde la capacidad propia es la única salida (Chimbo, 2019).

Por lo tanto, tras la revisión de la literatura y ante la problemática identificada se pretende conocer si ¿Cuáles son los efectos de la aplicación del Método Coerver en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en niños de la categoría sub 10 de la Academia de fútbol Cantera F.B. en la ciudad de Cuenca.

## **1.2 Justificación**

Entender el concepto pedagógico inmerso en desarrollo de las aptitudes físicas, técnicas, tácticas y psicológicas, debe ser la prioridad de quienes manejan el deporte y la educación física, para ello han existido diversos planteamientos y varios autores que esbozaron un igual número de alternativas con miras a la consecución del logro. Entonces, bajo esta perspectiva, parte del planteamiento es aplicar un sistema que involucre el componente pedagógico de la instrucción y enseñanza del fútbol. En esta línea, el Método Coerver es un programa que se basa en el concepto de que la habilidad no es algo meramente innato, sino que al contrario podría ser asimilado y como tal debía ser ejercitado, porque, según el entrenador holandés el talento al no ser reconocido como innato, debe ser estimulado y perfeccionado en el entrenamiento día tras día. Por ello, se considera pertinente la estrategia planteada dentro del Método Coerver, que no es más que un procedimiento que se orienta hacia el desarrollo de las habilidades individuales. Es decir, desarrollar jugadores hábiles, confiados y creativos haciendo para ello, que el juego sea divertido para practicar y jugar. Con esto, se busca proporcionar una experiencia segura y educativa, además de que sea práctica para el desarrollo cognitivo del niño.

Los principales beneficiarios de la presente propuesta serán los niños que asisten a la Academia de fútbol Cantera F.B de la ciudad de Cuenca, quienes ingresan a este centro de formación con amplias expectativas de aprender un deporte que los apasiona y que esperan adquirir de sus entrenadores los mejores conocimientos posibles. En segundo lugar, el estudio será beneficioso para los entrenadores que trabajan en etapas formativas, así como también para los docentes de educación física, debido a que el deporte y la educación física están íntimamente relacionados. Es así que, implementar en nuestro medio, una metodología que ha demostrado su efectividad en otros contextos, será una herramienta que, confiablemente, se pueda aplicar para el desarrollo de las capacidades específicas en el fútbol.

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo General**

Determinar los efectos de la aplicación del Método Coerver sobre el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca.

## 1.3.2. Objetivos Específicos:

O.E.1. Evaluar el nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños de la categoría Sub 10 que asisten a la academia de fútbol Cantera F.B., antes de la implementación del Método Coerver.

O.E.2. Implementar el Método Coerver para desarrollar los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños de la categoría Sub 10 que asisten a la academia de fútbol Cantera F.B.

O.E.3. Evaluar el nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños de la categoría Sub 10 que asisten a la academia de fútbol Cantera F.B., después de la implementación del Método Coerver.

## Capítulo II

### 2. Marco Teórico

#### 2.2 Antecedentes

En España el municipio de Aranjuez se convirtió en el primero en aplicar el Método Coerver al deporte escolar con el fin de profesionalizar los juegos en la escuela, basado en su éxito previo en 50 países y considerando que cuenta con el aval de la UEFA y la FIFA, así como la recomendación de equipos profesionales como el Real Madrid, el Manchester United, el Arsenal o el Bayern de Munich; entre sus resultados, Coerver ha demostrado ser un método divertido para los niños, con el que disfrutan y aprenden a competir de manera sana (Revista La Vanguardia, 2016).

Por su parte, en Colombia con niños de 7 y 8 años de edad, el método de Coerver, basado en la pedagogía global, demostró que puede lograr que el niño comprenda, por ejemplo, el por qué y para qué de la realización del gesto del dribling, a diferencia del método tradicional donde los ejercicios fueron muy estereotipados y alejados a la realidad del juego, logrando avances poco significativos (García, 2015). También, en México se llevó a cabo un estudio de aplicación del Método Coerver en niños de 9 y 10 años, el cual ayudó a incrementar las percepciones especializadas a través del uso de técnicas y tácticas que permitieron a los niños resolver situaciones difíciles durante la competencia, principalmente en el manejo del balón y los tiempos de un partido de fútbol (García-Huerta, 2015).

A nivel nacional, se registra una investigación realizada en la ciudad de Latacunga, en el que se analiza la incidencia del Método Coerver en el aprendizaje de los niños de una escuela de fútbol, encontrando que los entrenadores concuerdan en que las habilidades y destrezas individuales mejoran de manera significativa el rendimiento deportivo, especialmente si se aplica a edades tempranas porque mejora notablemente el entrenamiento de la técnica (Chimbo, 2019).

En tal circunstancia, los agentes capaces de mejorar e impulsar el desarrollo armónico de los niños que practican el fútbol, serán los profesionales de la pedagogía de la actividad física y el deporte, ya que cuentan con el conocimiento necesario para generar propuestas metodológicas innovadoras, que contemplen de forma integral el desarrollo del ser humano en sus etapas de formación, a la vez que le permitan proyectarse hacia una larga carrera deportiva.

De esa manera se logra que la experiencia deportiva sea una experiencia de aprendizaje positiva tanto para los niños como para sus entrenadores, en tanto que se propone un método que pretende ayudar a potenciar las habilidades pedagógicas de los entrenadores y el desarrollo integral de los niños, obteniendo como resultado un mejor desempeño futbolístico, anclado paralelamente al desarrollo integral de los practicantes, respetando sus fases sensibles de desarrollo.

## **2.2 Fundamentación teórica**

### **2.2.1. Método Coerver**

Coerver, el exitoso entrenador que guio al Feyenoord hacia la victoria en la Copa UEFA, formuló un sistema de entrenamiento en el que postulaba que la técnica podía enseñarse y desarrollarse mediante práctica constante. En otras palabras, sostenía que el talento debía cultivarse en cada sesión de entrenamiento (Carbajal, 2019).

Coerver no compartía la creencia de que los jugadores nacían con talento; más bien, defendía la idea de que este podía ser fomentado y cultivado en cada futbolista. Introdujo un enfoque innovador en el que las habilidades no solo eran atributos innatos de los jóvenes jugadores, sino que también podían transmitirse de manera integral, revolucionando así la concepción convencional del fútbol. Bajo este sistema, los jugadores experimentan un progreso estructurado, avanzando desde lo más básico hasta integrarse en el juego colectivo. Este programa se centra completamente en la técnica y táctica individual de cada jugador.

Wiel Coerver diseñó un método de entrenamiento que se caracteriza por un modelo de trabajo estructurado en una pirámide con seis niveles acumulativos. La progresión en este método implica la necesidad de dominar los fundamentos del nivel precedente antes de poder avanzar al siguiente nivel.

Carbajal (2019) destaca que el Método Coerver, concebido por Wiel Coerver, se caracteriza por su enfoque meticulosamente estructurado en seis niveles acumulativos. Cada nivel representa una fase crucial en el desarrollo técnico de los futbolistas, sirviendo como escalones progresivos hacia la maestría en el juego.

En el primero, los jugadores se sumergen en el perfeccionamiento del control del balón y las habilidades técnicas individuales. Avanzando al segundo nivel, se centran en el arte del regate y las astutas tácticas para desmarcarse, habilidades fundamentales para superar a los oponentes.



El tercer nivel se dedica a las sutilezas de los pases precisos y las recepciones hábiles, fomentando un juego de equipo más armonioso. En el cuarto nivel, los futbolistas refinan sus habilidades de finalización y disparo a gol, esforzándose por convertir oportunidades en goles.

El quinto nivel introduce a los jugadores en situaciones de juego más realistas, donde aplican sus habilidades en contextos dinámicos y colaborativos en juegos de equipos reducidos. Por último, en el sexto nivel, los futbolistas fusionan todas las habilidades adquiridas en un juego de equipo completo, enfocándose en la comprensión táctica y la integración fluida de sus destrezas individuales.

La estructura piramidal del Método Coerver refleja una progresión lógica, donde cada nivel establece las bases para el siguiente, proporcionando a los jugadores una formación técnica integral y robusta en su viaje hacia la maestría futbolística. La meta consiste en perfeccionar las habilidades del jugador mediante sesiones de entrenamiento eficaces, buscando lograr futbolistas creativos y seguros, capaces de destacarse y marcar la diferencia durante un partido.

Este método, al centrarse en la técnica y táctica individual del jugador, ofrece un marco estructurado y progresivo que aborda específicamente el desarrollo técnico de los futbolistas en sus etapas formativas.

La estructura piramidal de seis niveles del Método Coerver, que se centra en aspectos como el control del balón, el regate, los pases, la finalización y el juego en equipo, proporciona un enfoque completo y detallado para mejorar las habilidades fundamentales. Al implementar este método en el contexto de la academia de fútbol Cantera F.B., se espera que los niños de la categoría sub 10 experimenten un progreso significativo en su desarrollo técnico.

El énfasis del Método Coerver en la práctica constante y en la progresión escalonada entre niveles ofrece una oportunidad para evaluar de manera sistemática cómo este enfoque específico influye en el desarrollo de los fundamentos técnicos en jugadores jóvenes. La tesis puede respaldarse teóricamente al destacar cómo este método proporciona un marco efectivo y estructurado para la formación técnica, y cómo los efectos de la aplicación del Método Coerver puede influir en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca.

## 2.3 Marco conceptual

En el presente capítulo, se abordan los principios teóricos y metodológicos que respaldan la estrategia enfocada en la preparación técnica en el ámbito del fútbol, específicamente centrados en el desarrollo coordinado de los gestos técnicos de los jóvenes futbolistas durante su etapa formativa. El enfoque principal se vincula con la aplicación del Método Coerver y su impacto en el fortalecimiento de los fundamentos técnicos del fútbol en niños.

### 2.3.1 El fútbol como deporte

Se considera al deporte como la actividad física que realizan las personas, pero que está regida por una normativa o reglamento y que se realiza dentro de un determinado espacio o contexto físico. Para Ibarra (2015) el deporte se va institucionalizando a medida que se van creando federaciones o clubes para generar competiciones o torneos; así comprendemos al fútbol desde su concepto organizacional.

Desde una descripción reglamentaria básica, el fútbol es un deporte que se juega entre dos equipos, cuyo objetivo es introducir el balón a la portería del contrario, este juego involucra cualquier parte del cuerpo con excepción de las manos y brazos. Según Castellano et al (2008) el fútbol es un fenómeno de masas con un alcance de difusión que asciende con el pasar del tiempo, en el 2016 la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA por sus siglas en francés) son aproximadamente 265 millones de personas las practican fútbol regular, ya sea de manera profesional, semi-profesional o amateur, considerando tanto a hombres, mujeres, jóvenes y niños; desde esta perspectiva estadística el fútbol es el deporte con mayor impacto en el planeta.

La sociedad no es ajena a los datos globales, y posee una característica en el ámbito deportivo: es una cultura totalmente futbolizada. El fútbol es la disciplina deportiva más popular en el medio, “parece incuestionable que los últimos lustros el fútbol ha ganado un lugar preponderante, tanto que desempeña un importante cometido social y educativo y es un instrumento eficaz de inclusión social y diálogo multicultural” (García del Barrio y Pujol, 2007, p. 90), “sus funciones socioculturales sobrepasan con creces su carácter lúdico y competitivo” (Acuña y Acuña, 2016, p. 31). En este mismo sentido, ha crecido tanto el interés como la demanda de este deporte, lo que ha provocado la creación exponencial de escuelas de fútbol, como una acertada oferta. Consecuentemente, desde el punto de vista metodológico de enseñanza aprendizaje, a la par que el fútbol ha crecido, también se han desarrollado numerosos y diversos métodos de enseñanza cada vez más especializados para los diferentes grupos que lo practican.

### 2.3.2 Preparación técnica del fútbol

La formación técnica se posiciona como un elemento crucial dentro del entrenamiento deportivo, desempeñando un papel esencial como herramienta indispensable en el perfeccionamiento de los gestos técnicos de los deportistas en diversas disciplinas. Esta formación les facilita la adquisición de ejecuciones técnicas refinadas, específicas de la actividad competitiva que practican.

En este contexto, diversos autores como Riera (1995), Dietrich, Klaus y Lehnertz (2001), Verkhonsasky (2002), Nitsch, Neumaier, De Marees y Mester (2002), Álvarez (2003), Silva, Sánchez, Garganta y Anguera (2005), así como Weineck (2016), han explorado distintos aspectos en la conceptualización de la técnica. A continuación, se presenta un análisis desde la óptica de estos autores.

Refinar un gesto técnico para llevar a cabo una actividad deportiva implica abordar todos los sistemas coordinativos y de toma de decisiones, como señala Riera (1995): "La técnica deportiva implica la ejecución coordinada de todos los sistemas de percepción y respuesta del deportista: moverse, desplazarse, mirar, escuchar, respirar" (p. 45).

Según Dietrich (2001), la técnica se define como una secuencia de movimientos experimentada, funcional y eficaz, destinada a resolver una tarea específica en situaciones deportivas, lo que habilita al atleta para cumplir con las demandas técnico-tácticas del juego. La repetición constante de un gesto deportivo posibilita que el deportista adquiera habilidad y confianza al ejecutarlo durante la competición.

Por su parte, según Verkhonsasky (2002), la técnica se define como un sistema de movimientos organizados diseñado para abordar una tarea motora específica, siendo fuertemente influenciada por las reglas de la competición en diversas modalidades deportivas. Cada deporte presenta particularidades que requieren el perfeccionamiento de movimientos y gestos técnicos para adecuarse a las características particulares de la actividad.

La orientación de la técnica en el fútbol se centra en la capacidad de los deportistas para cumplir con los requisitos gestuales específicos del deporte. Según Nitsch, et al (2002), la técnica se refiere a los procedimientos habituales utilizados para abordar, de acuerdo con la situación, tareas motrices deportivas. Esto abarca tanto las formas de movimiento inherentes a la modalidad como sus variaciones y combinaciones, adaptadas según la situación específica.

En el transcurso de los entrenamientos, se establecen las bases que el futbolista requiere para internalizar un gesto técnico deportivo, según la definición de Weineck (2016): "Por técnica deportiva nos referimos al proceso habitualmente desarrollado en la práctica para abordar una tarea motora específica de la manera más apropiada y eficiente" (p. 501).

### **2.3.3 Importancia del entrenamiento de la técnica en el fútbol**

Se parte de la premisa de que la técnica representa uno de los elementos fundamentales en el ámbito del entrenamiento y la competición deportiva, especialmente en deportes de equipo, donde se llevan a cabo numerosas acciones motoras individuales y colectivas. En el caso específico del fútbol, es común observar que muchos entrenadores descuidan el entrenamiento técnico a favor del desarrollo físico.

La omisión de un desarrollo equilibrado entre la técnica y las formas primordiales de trabajo motor puede dar lugar a un desequilibrio entre las habilidades técnicas y el nivel físico del deportista. Una técnica insuficientemente cultivada puede obstaculizar la capacidad del atleta para traducir sus capacidades físicas en un rendimiento específico más elevado para la modalidad, como menciona Spitz (Weineck, 1996, p.89).

El fútbol se caracteriza como un deporte colectivo y no cíclico, donde la habilidad técnica individual de un jugador y su contribución al desempeño general del equipo son cruciales para abordar situaciones de juego de alta intensidad. En este contexto:

El jugador debe demostrar habilidades fluidas y eficientes para controlar la pelota en momentos de juego intensos.

- Es esencial que el jugador posea un control destacado de los gestos técnicos tanto con su pie derecho como con el izquierdo.
- El dominio de todas las superficies de contacto del cuerpo para controlar el balón se convierte en una destreza clave para el jugador.
- Se requiere un alto desarrollo de la percepción temporal y espacial para aplicar los fundamentos técnicos de manera efectiva en situaciones que benefician el juego colectivo.
- La utilización de gestos técnicos por parte del jugador es esencial para adaptarse de manera apropiada a las demandas tácticas establecidas por el entrenador.

Una técnica bien estructurada asegura la base eficiente y óptima de las habilidades motoras. En el ámbito de la preparación técnica, el deportista adquiere los patrones motores (técnica)

y refuerza las condiciones específicas de la competición, lo que le facilitará cumplir con los requisitos tácticos del juego. (Raposos, 2005, p.51).

La técnica busca alcanzar el rendimiento máximo en la solución de un problema motor, donde la secuencia de movimientos es específica para cada deporte y consta de una parte fija (la estructura mecánica de base) y otra variable, lo que implica que puede adaptarse a las características individuales del deportista, según indica Frutos (2013, p.49). Se resalta la importancia de trabajar la técnica para lograr un rendimiento óptimo y minimizar el desgaste durante las acciones motoras que se llevan a cabo a lo largo de los 90 minutos u más de un partido.

La técnica en el fútbol engloba una serie de acciones donde el jugador demuestra habilidad para controlar y guiar el balón utilizando las superficies de contacto permitidas por las reglas. Para contribuir de manera efectiva a los objetivos colectivos del equipo, es necesario que el jugador aplique diversas técnicas individuales (Espinoza, 2013, p.42).

Para Buitrago, Martín y Domínguez (2012) la instrucción técnica no se limita únicamente a la adquisición de gestos técnicos, sino que también implica considerar las condiciones de juego reales. Esto implica practicar con oponentes activos, mantener un ritmo elevado, trabajar en espacios reducidos y aplicar el principio de resolver problemas de manera oportuna. La técnica y la táctica se entrelazan como una unidad indivisible. Enfatizar la técnica como un objetivo en sí mismo contribuye a formar jugadores capaces de abordar situaciones tácticas específicas al aplicar sus habilidades técnicas de manera eficaz.

Se espera que la técnica sea uno de los principales componentes del entrenamiento y la competición deportiva, especialmente en los deportes de equipo donde se realizan un sin fin de actividades de movimiento individual y colectivo. Parte si se ignora el desarrollo paralelo de la técnica y formas básicas de trabajo motor, puede surgir un desequilibrio entre las habilidades técnicas y el nivel físico; la técnica subdesarrollada no permite que el atleta transforme su creciente potencial físico en mejores actuaciones. (Weineck, 1996, p.89).

#### **2.3.4 Fundamentos técnicos del fútbol**

Para ejecutar eficientemente las tareas tanto técnicas como tácticas, el jugador debe estar preparado para enfrentar una variedad de acciones de juego que surgirán durante la competición, lo que implica un alto nivel de desarrollo en la comprensión de los gestos técnicos.

Es esencial reconocer que los fundamentos técnicos no solo se enseñan, sino que también se entrenan, ya que raramente se presentan de manera aislada. En su mayoría, los movimientos parciales y los elementos técnicos están interconectados. Para iniciar el proceso de aprendizaje técnico, el jugador debe entrenar en condiciones que simulen el juego, permitiéndole adaptar su técnica a la resolución de las tareas específicas de su posición en el juego. (Espinoza, 2013, p.34).

Yucta (2015) define los fundamentos técnicos como todas las acciones realizadas mediante gestos técnicos, con el objetivo de optimizar la utilización del balón para dominar el juego colectivo. Estos fundamentos buscan establecer una comunicación técnica eficaz entre los jugadores. El entrenamiento y desarrollo adecuado de estos fundamentos técnicos permiten a los deportistas participar de manera efectiva en el control del balón tanto en acciones individuales como colectivas.

Cada posición en el juego de fútbol presenta características y requisitos específicos que demandan un nivel técnico en los jugadores capaz de resolver eficazmente las diversas acciones comunes en un partido. La intensidad con la que se ejecutan las acciones tácticas hace imperativo implementar procesos de entrenamiento donde los deportistas lleven a cabo gestos técnicos refinados y a alta velocidad, todo ello como respuesta a la presión ejercida por el oponente en busca de recuperar el balón.

Los aspectos técnicos se abordan de manera progresiva, comenzando por los más simples y avanzando hacia los más complejos, con el objetivo de capacitar al futbolista en el control, el toque, la conducción, los cambios de dirección, los centros, entre otras habilidades. Este enfoque busca que cada jugador, independientemente de su posición en el campo, pueda cumplir con las demandas específicas del deporte y contribuir de manera fluida a la estructura táctica del equipo.

En el ámbito del fútbol base, los fundamentos técnicos suelen clasificarse en tres categorías principales, sobre las cuales el entrenador especializado en esta categoría debe incidir de manera significativa.

La primera fase es Gestionar el balón. Dominio: Implica tomar posesión de la pelota, manejando el esférico con cada parte del cuerpo de manera efectiva y fluida, ejecutando con precisión cada acción técnica. Toque: Representa la expresión futbolística que beneficia la táctica del equipo; un jugador competente en este gesto técnico se vuelve productivo tanto para sí mismo como para su equipo. Este se realiza utilizando todas las partes del pie como superficies de contacto. Desarrollar esta destreza en jóvenes futbolistas requiere un enfoque

en el trabajo de las capacidades coordinativas. Los toques son elementos que facilitarán una adquisición más rápida de otros gestos técnicos.

La segunda fase desplazar el balón. Conducción sin impedimentos: Constituye una destreza técnica esencial al ejecutar jugadas de carácter individual, demandando un elevado grado de coordinación y lateralidad que otorga al jugador un control constante del balón. Aprender a desplazar el balón con la cabeza erguida posibilita la obtención de información y la ejecución adecuada de la jugada conforme a las exigencias del contexto de juego.

La tercera fase, golpear el balón este gesto técnico posee una relevancia significativa para el futbolista, ya que su dominio le permite ser altamente productivo tanto en la fase defensiva como ofensiva del juego, generando acciones sorprendidas como cambios de dirección y mejorando la eficacia al ejecutar centros y disparos al arco:

- Centros: tanto pases cortos como largos, pueden considerarse como preparativos para el disparo, siendo comparables a un último pase.
- Disparo: Un gesto que busca enviar el balón hacia la portería rival, representando la conclusión lógica y la culminación de un ataque. Este gesto requiere habilidades técnicas, físicas y mentales, como un buen golpeo de balón, precisión en las trayectorias, potencia, coordinación, equilibrio, determinación, audacia y confianza en uno mismo.
- Cabeceo: Según Perlaza (2019), el dominio adecuado del juego aéreo en el fútbol es crucial, ya que los jugadores que carecen de esta habilidad a menudo quedan relegados al banquillo. Las estadísticas indican que aproximadamente el 20% de los goles marcados en los partidos de fútbol provienen de cabeceadas, lo que aporta solidez al equipo tanto en defensa como para el arquero (p.3).

### **2.3.5 Etapas formativas en el fútbol**

El fútbol es un deporte que ayuda a la formación y a la educación de niños a edades tempranas, el cual busca el progreso de las destrezas motoras. Para varios autores esta concepción discrepa mucho ya que los niños en casi todos los deportes y mucho más en el fútbol son utilizados buscando resultados y rendimientos deportivos (Sidotti, 2012), es decir que muchas veces por parte de los padres de familia son los que buscan un mayor provecho sin tomar en cuenta el proceso de enseñanza que hay detrás de cada jugador. Para conseguir un desarrollo integral de los jugadores de fútbol, especialmente en sus etapas formativas, es

necesario conocer a profundidad la importancia de las fases sensibles de desarrollo, así como, los parámetros técnicos que el niño debe dominar en cada fase de aprendizaje.

El desarrollo de futbolistas desde las etapas formativas juega un papel fundamental en la construcción de atletas competentes y resilientes. Estas etapas, que abarcan desde las categorías infantiles hasta los equipos juveniles, son cruciales para fomentar no solo habilidades técnicas, tácticas y físicas, sino también valores fundamentales para el juego y la vida.

En las categorías infantiles, se centra en la introducción al juego y la construcción de una base técnica sólida. Se busca cultivar el amor por el deporte y desarrollar habilidades motrices básicas. La formación, en esta etapa, se basa en el juego y la diversión, permitiendo a los jóvenes jugadores explorar su potencial de manera natural.

A medida que los jugadores avanzan a las categorías juveniles, la formación se vuelve más estructurada y enfocada en aspectos tácticos y técnicos específicos del fútbol. Los entrenadores trabajan en la mejora de la toma de decisiones, la comprensión táctica del juego y la adaptabilidad a diferentes posiciones en el campo. Además, se incorporan aspectos físicos y psicológicos, preparando a los jugadores para enfrentar los desafíos competitivos.

Es crucial destacar que las etapas formativas no solo se centran en el desarrollo deportivo, sino también en la formación integral de los individuos. Los valores como el trabajo en equipo, la disciplina, la ética deportiva y el respeto son inculcados durante todo el proceso. Además, se busca crear un ambiente que fomente la autoconfianza, la resiliencia y la capacidad de aprender de los errores.

Por lo tanto, las etapas formativas en el fútbol son un viaje fundamental que va más allá de la adquisición de habilidades técnicas y tácticas. Son un proceso de crecimiento y desarrollo personal que busca moldear no solo futuros futbolistas talentosos, sino también individuos comprometidos y éticos dentro y fuera del campo de juego.

### **2.3.6 Fases sensibles de desarrollo: características en 8 a 10 años**

Las fases sensibles se refieren a períodos específicos dentro del proceso de desarrollo humano (infantil en este caso), los cuales, sometidos a determinados estímulos externos, pueden hacer que los niños reaccionen con mayor intensidad, adquiriendo niveles altos en su desarrollo que le ayudan a adquirir capacidades coordinativas y condicionales (Vasconcelos, 2019). Se determinan como “sensibles” dado que son más intensas en un período específico de tiempo o edades, por lo que es importante conocer y respetar cada una



de las diferentes etapas de desarrollo humano para obtener aprendizajes significativos que no sobrepasen ni subestimen las capacidades del niño.

Las fases sensibles permiten señalar los factores que determinan el desarrollo corporal sobre todo en edades comprendidas entre los 5 y 12 años, por ejemplo, la fase sensible de coordinación. Esta última es requerida para el aprendizaje y ejecución de cualquier habilidad física con una ejecución técnica adecuada. Es importante tener en consideración la edad y la fase en la que se encuentra el estudiante-jugador para poder elaborar cualquier programa de entrenamiento para las adquisiciones correctas de las técnicas del fútbol (Alippi, 2002). Como se puede ver en la tabla 1 sobre las diferentes fases de acuerdo con el rango de edad.

Tabla 1: Fases Sensibles

<b>EDAD</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Caracterización</b>
18 – 19 años	Búsqueda de elevados niveles específicos para el jugador, en forma independiente la posición que ocupa en el equipo	A esta edad conducirá en gran medida la maduración de la condición cardio-vascular-respiratoria y metabólicas musculares, lográndose elevados valores a nivel de la resistencia aeróbica, tan importantes para el futuro del jugador.
16 – 17 años	Orientación del entrenamiento deportivo específico, individualizado	Orientación hacia la capacidad para soportar altos niveles de cargas de entrenamiento, fase de la velocidad máxima, fuerza y resistencia
12 – 15 años	Inicio de la búsqueda de la condición física	Introducción hacia los trabajos de fuerza; evolución hacia mayor desarrollo de resistencia (aeróbica)
9 – 11 años	Máxima capacidad del aprendizaje motor	Fase sensible de la velocidad latente y de reacción, de la coordinación y de la técnica

---

6 – 9 años	Progresos rápidos en el aprendizaje motor. Inicio del entrenamiento de las capacidades coordinativas	Fase sensible hacia las actividades lúdicas- deportivas. Elevadas posibilidades hacia las coordinaciones globales; conocimiento de las posibilidades del propio cuerpo. Incremento de la velocidad y frecuencia de movimientos
------------	--	--

---

Fuente: Alppi (2002).

### **2.3.7 Fundamentos técnicos: definiciones y características en etapas formativas**

Para Herminia (2008), indica que los fundamentos técnicos resultan relevantes para la práctica de un deporte ya que aportan con la forma y el proceso que permite que un deportista adquiera cierta habilidad y destreza dentro de la actividad que realiza. A decir del autor, estos elementos y movimientos técnicos se deben fusionar y trabajar mancomunadamente para alcanzar los resultados esperados. Al momento de dominar el balón es importante que el jugador desarrolle gestos técnicos para generar un apropiado juego colectivo y tener eficacia entre los jugadores.

#### **2.3.7.1 Conducción**

Para Idioate (2021) la acción de conducir el balón se la entiende como una técnica que debe desarrollar el futbolista con el balón y su traslado en el campo de juego. De esta manera, el jugador realiza toques consecutivos sin perder el control del balón para llegar a la meta contraria. En este sentido el jugador deberá desarrollar una conducción adecuada del balón y sobre todo saber el momento adecuada de cuando aplicarla.

En la etapa formativa el niño debe ser capaz de:

- Observar el balón y el entorno cercano (visión periférica).
- Elegir la dirección para la progresión, según lo observado.
- Adecuar la velocidad y el tipo de conducción (larga o corta), según la situación.
- Elegir el instante correcto para su finalización, según la circunstancia (situación del juego). (Instituto Nacional de Fútbol, Deporte y Actividad Física, 2015, p. 84).

### 2.3.7.2 Control

A decir de Santos (2016) el control del balón puede ser entendido como la acción que nos permite dominar y hacernos con la pelota dejándola en buenas condiciones para realizar el juego y elaborar acciones de dominio: existen varios tipos de control entre los cuales podemos rescatar los controles clásicos y orientados.

Los jugadores de fútbol necesitan poder controlar los balones que reciben. La forma más fácil suele ser detener la pelota; En este caso, la pelota debe colocarse en la posición, que es el lugar perfecto para el próximo toque. Los jugadores avanzados pueden usar el primer toque para mover rápidamente la pelota hacia donde planean correr, y también pueden usar el primer toque para pasar la pelota. Evitar el balón en lugar de recibirlo puede despistar a los defensores contrarios y es un arma de ataque en algunas situaciones. (Espinoza, 2012, p.17).

En la etapa formativa, los niños deben:

- Saber qué hacer antes de recibir o de pedir el balón.
- Atacar el balón, ir por él, en vez de esperarlo.
- No quitarle la vista al balón.
- Al momento de elegir una superficie de contacto para impactar el balón, enfocarse en la seguridad que brinda esta parte del cuerpo para lograr un buen control.
- El gesto técnico, incluyendo todo el cuerpo, al momento del contacto.
- Tener una buena ubicación antes de realizar cualquier control, teniendo en cuenta los rivales, compañeros y su posición en la cancha. (Instituto Nacional de Fútbol, Deporte y Actividad Física, 2015, p. 88)

### 2.3.7.3 Pase

Para mantener el control del balón, es importante poder realizar pases precisos y a tiempo entre jugadores cercanos en corto. Los pases largos precisos permiten una mayor variedad y un juego más directo. Los pases que crean ocasiones se suelen llamar asistencia, aunque este tipo de jugadas podría realizarlas cualquier jugador sobre el terreno de juego, normalmente un centrocampista ofensivo. (Espinoza, 2012, pag.18).

El pase en el fútbol se entiende como la habilidad asertiva de enviar el balón con una dirección apropiada con otros integrantes del mismo equipo. Para muchos expertos pasar y moverse es una cuestión de habilidad innata que debe ser cultivada en todos los jugadores en cada

entrenamiento en todos los niveles formativos. El pase es clave para trabajar en equipo y llegar a una meta en común.

En la etapa formativa, los niños deberán desarrollar cuatro capacidades para un buen pase:

- Impacto: Golpe al balón.
- Precisión: A ese preciso lugar.
- Oportuno: En ese preciso momento.

#### **2.3.7.4 Definición**

Es el tiro, disparo al arco o portería. Consiste en golpear el balón con fuerza a fin de dirigirlo hacia la portería del equipo contrario y anotar un gol. Los remates se pueden hacer con cualquier parte del pie, con la cabeza o con la rodilla. De acuerdo a la altura del balón pueden ser a ras del suelo, con mediana altura, con altura, a media vuelta, entre otros. De acuerdo a su dirección pueden ser remates rectos, con efecto o diagonales.

Los jugadores deben ser equilibrados a la hora de anotar: no exageren y no dejen de intentarlo cuando tengan la oportunidad. Los disparos deben ser precisos y potentes, aunque normalmente no se obtiene esa precisión y potencia al mismo tiempo. La elección de precisión o potencia depende de la situación y las características del jugador.

Elegir dónde disparar al objetivo es un tema controvertido y depende de cuántos jugadores lo estén cubriendo. Idealmente, el tiro debería ir a la esquina superior de pero es menos difícil y efectivo hacerlo desde el suelo. Si el portero está demasiado adelantado, se puede intentar un tiro. (Espinoza, 2012, pag.19).

#### **2.3.8 Habilidades y destrezas en el fútbol**

En cada etapa del Método Coerver se desarrollan diferentes habilidades individuales y colectivas para jugar al fútbol de manera efectiva. El fútbol es un juego muy simple en teoría, como lo demuestra la famosa declaración de Kevin Keegan de que "para ganar un juego solo tienes que marcar más goles que tu oponente". Sin embargo, los equipos bien organizados y bien preparados a menudo pueden vencer a equipos con jugadores más habilidosos, que es lo que logramos con el método forzado.

Habilidades Individuales

- Habilidades físicas
- Forma física

- Velocidad
- Agilidad

#### Habilidades con el balón

- Conducción
- Recepción
- Pase
- Tiro

### **2.3.9 Métodos de enseñanza del fútbol en etapas formativas**

El método de enseñanza constituye una vía que el docente selecciona para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje para lograr el objetivo propuesto (Hernández y Infante, 2016), este camino tiene una relación estrecha con la manera en que se organizará el proceso o práctica áulica, e influirá en el resultado que ofrecerá la evaluación. A continuación, describiremos brevemente varios de los métodos comúnmente aplicados en el proceso de enseñanza del fútbol.

La aplicación de métodos de enseñanza del fútbol en etapas formativas desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los jugadores. Durante estas fases cruciales, se emplean diversas estrategias pedagógicas diseñadas para cultivar habilidades técnicas, tácticas y físicas, al tiempo que se promueven valores fundamentales para el deporte.

En las categorías de formación, los métodos pedagógicos se adaptan a las necesidades y capacidades específicas de los jóvenes futbolistas. Se enfatiza la participación activa y el aprendizaje a través del juego, proporcionando a los jugadores un entorno estimulante y divertido que favorece la exploración natural de sus habilidades. La atención se centra en la construcción de una base técnica sólida y en el fomento de la pasión por el deporte.

A medida que los jugadores avanzan en las etapas formativas, los métodos de enseñanza evolucionan para incluir aspectos tácticos más complejos. Se integran sesiones de entrenamiento estructuradas que se centran en la toma de decisiones, la comprensión táctica y la adaptabilidad a situaciones de juego específicas. Los entrenadores desempeñan un papel crucial al proporcionar retroalimentación constructiva y orientación personalizada para el desarrollo individual de cada jugador.

La enseñanza del fútbol en etapas formativas no solo se limita a aspectos técnicos y tácticos, sino que también aborda aspectos físicos y psicológicos. Se busca crear un ambiente que fomente la resiliencia, la autoconfianza y la ética deportiva. Los métodos de enseñanza se diseñan para promover no solo el rendimiento deportivo, sino también la formación de individuos responsables y comprometidos.

Por lo que, los métodos de enseñanza del fútbol en etapas formativas son herramientas fundamentales para el crecimiento y desarrollo de los jugadores, contribuyendo a la formación integral de individuos capacitados no solo en el ámbito deportivo, sino también en aspectos éticos y sociales.

#### **2.3.9.1 Global**

Consiste en una completa representación de situaciones reales de juego donde intervienen diferentes elementos como balón, reglas, compañeros, adversarios y aspectos como entrenadores, táctica, preparación física.

Este método a decir de Abad et al (2011) presenta una situación inversiva en un juego real en donde intervienen varios elementos del juego como el balón, jugadores, reglamento, entre otros. Con otros elementos como entrenadores, preparación física, etc. De tal modo, que se constituye como un símil de lo que en realidad va a pasar en un juego verdadero.

#### **2.3.9.2 Analítico**

Consiste en presentar una tarea detallada en partes individuales del juego real, generalmente en repeticiones. El juego se desglosa para considerar solo elementos y aspectos (generalmente técnica con el balón).

Este método tiene por objetivo presentar una tarea o actividad, pero fragmentada en diferentes partes, las mismas que van a estar aisladas del juego real. Estas tareas tendrán determinado número de repeticiones para que pueda ser efectiva. Por ejemplo, tenemos actividades como trabajo en parejas, pases y controles (Abad et al., 2011).

#### **2.3.9.3 Mixto**

Este método consiste en trabajar mancomunadamente con los dos métodos anteriormente descritos. Por ejemplo, en una práctica o entrenamiento se trabaja primero con una práctica con el método analítico, luego pasan al global y luego van a otra actividad con método analítico (Abad et al., 2011). Trata en combinar el método analítico y el método global. La

ejecución de este método comienza con el ejercicio global, luego realiza un ejercicio de análisis y termina volviendo al ejercicio global.

### **2.3.10 Método Coerver**

Este método fue creado por el entrenador de origen holandés Wiel Coerver en los años 70. En España, el municipio de Aranjuez se convirtió en el primero en aplicar el Método Coerver al deporte escolar con el fin de profesionalizar los juegos en la escuela, basado en su éxito previo en 50 países y considerando que cuenta con el aval de la UEFA y la FIFA, así como la recomendación de equipos profesionales como el Real Madrid, el Manchester United, el Arsenal o el Bayern de Munich; entre sus resultados, Coerver ha demostrado ser un método divertido para los niños, con el que disfrutan y aprenden a competir de manera sana (Revista La Vanguardia, 2016).

Por lo que el enfoque exclusivo en la técnica y táctica individual del jugador caracteriza al Método Coerver, un programa de entrenamiento altamente especializado. Este método es versátil, siendo aplicable en todos los niveles, desde jugadores infantiles hasta profesionales. A través de ejercicios que involucran situaciones de uno contra uno, recepciones, pases (cortos y largos) y disparos a gol, así como la simulación de escenarios reales, se logra una intensificación significativa de la conexión entre el futbolista y el balón.

Se destaca la importancia fundamental que se otorga al manejo del balón, incluso por encima de las demandas físico-atléticas del juego moderno. Este enfoque tiene como objetivo primordial preparar al jugador para resolver situaciones de presión, donde su destreza individual se convierte en la única salida viable.

### **2.3.11 Fundamentos y estructura del Método Coerver**

El método consiste en un sistema piramidal, en el que la principal consigna es que la técnica no es innata, sino que se la puede aprender. Con esto se refuerza intensamente la relación entre el futbolista y la pelota. El balón y el cómo se le trata es lo más importante, inclusive por encima del despliegue físico atlético que el juego moderno demanda. Todo esto para que el jugador sea lo más apto posible para resolver situaciones de presión, donde la capacidad propia es la única salida (Chimbo, 2019).

Este método tiene un sistema estructural de 6 niveles de trabajo. Según Lavandeira (2012) esta estructura orgánica y piramidal permite que se avance de un nivel inferior a un superior solamente al dominar los contenidos de los niveles anteriores. En este método se destacan los siguientes niveles: la relación con el balón, la recepción y ejecución de pases, uno contra

uno, velocidad, finalización y, por último, el ataque colectivo. Normalmente se trabaja con jugadores de edades comprendidas entre los 6 y los 14 años. Su premisa ha sido que “el comportamiento del equipo depende siempre de las condiciones individuales de sus jugadores” (Lavandeira, 2012, p 14).

### **2.3.12 Estructura del Método Coerver**

El Método Coerver está organizado en una estructura de seis niveles acumulativos, concebidos para potenciar gradualmente las habilidades técnicas de los futbolistas, siguiendo una progresión ascendente desde los fundamentos. Cada nivel se dedica a aspectos específicos del juego, contribuyendo al desarrollo integral de los jugadores. Aquí, se describen los seis niveles de la estructura del Método Coerver.

En el primer nivel, se establece una conexión sólida entre el jugador y el balón, concentrándose en habilidades fundamentales como el control, toque y dominio del esférico, sentando así las bases esenciales para las etapas posteriores del desarrollo. En el segundo nivel, se perfeccionan las habilidades de recepción y ejecución de pases, mejorando la capacidad para anticipar y distribuir el balón de manera precisa en diversas situaciones de juego.

El tercer nivel se centra en el uno contra uno (1x1), donde los jugadores desarrollan habilidades individuales para enfrentar situaciones de enfrentamiento directo. Aquí, aprenden a desbordar a sus oponentes mediante regates efectivos y movimientos técnicos, fortaleciendo su capacidad para superar defensas rivales. En el cuarto nivel, se destaca la velocidad, tanto en movimientos sin balón como con él, perfeccionando la rapidez en la toma de decisiones y la ejecución de acciones, contribuyendo a un juego más dinámico y eficiente.

El quinto nivel se enfoca en la finalización, donde los jugadores perfeccionan sus habilidades para realizar disparos precisos y potentes, desarrollando la capacidad de convertir oportunidades de gol de manera efectiva. Finalmente, en el sexto nivel, se aborda el ataque colectivo, donde los jugadores aprenden a integrarse en situaciones de ataque en equipo, centrándose en la comprensión táctica, movimientos coordinados y la capacidad de contribuir al éxito del equipo.

Esta estructura, al avanzar de manera acumulativa a través de estos niveles, proporciona un marco integral para el desarrollo técnico de los futbolistas, abordando desde lo básico hasta aspectos más complejos del juego. Este enfoque ascendente contribuye a la formación de jugadores sólidos y versátiles en todas las facetas del fútbol.



Como se lo demuestra en el siguiente gráfico.

Figura 1: Niveles del Método Coerver



Fuente: Carbajal (2019).

### 2.3.13 Test específicos para medir las habilidades motrices específicas en el fútbol

Para poder medir las habilidades motrices específicas en el fútbol hemos tomado una variedad de test que miden cada una de estas habilidades, para ello se han citado dos autores. En primer lugar, describiremos cuatro test usados para medir los fundamentos técnicos del fútbol usado y validado por Guazhambo (2011):

- **Test control del balón**

Este test tiene como objetivo evaluar la habilidad específica del fútbol que es el control del balón, para realizar este test los recursos necesarios son: un balón, cancha y silbato. Este test consiste en que un jugador (el cuál será evaluado en este test) se situará al borde del área, de cara a otro jugador, que se encuentra en el medio del campo con el balón. Detrás del jugador evaluado se situará un defensor, y en la portería un portero, el test lo comenzará

el jugador que está situado al medio del campo, el cual realizará un pase al jugador evaluado, una vez dado el pase el defensor, debe correr a tocar cualquiera de los dos conos situados en la línea de puntos, y una vez lo toque deberá intentar evitar que el jugador evaluado no logre tirar a portería.

La valoración se obtendrá de acuerdo a un sistema de puntuación en el que se debe observar si el jugador logra realizar los cuatro objetivos marcados:

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

De esta manera se otorgará un punto al deportista, por cada objetivo cumplido, de forma que, la puntuación máxima posible de alcanzar en cada control son cuatro puntos, el test se repetirá dos veces.

- **Test pase de precisión**

Este test tiene como objetivo medir la precisión y la habilidad del pase, para realizar este test los recursos necesarios son: 6 banderas con astas de 1.5 metros, 3 balones, silbato y cronometro. Este test consiste en colocar las 6 banderas sobre una línea entre sí de 1,8 metros, a 18 metros de esa línea y paralela a ella se marcará otra que pertenece a la zona de tiro, cada deportista tendrá 5 oportunidades. La evaluación se realizará de la siguiente manera: 3 puntos si el balón pasa por la línea central, 2 puntos si pasa por la zona intermedia, 1 punto si pasa por las puntas y 0 puntos si pasa por fuera de las zonas.

- **Test de conducción**

Este test tiene el objetivo de medir la habilidad para conducir el balón eludiendo los obstáculos y poniendo énfasis en el control y la velocidad. Los recursos necesarios para este test son: un balón de fútbol, cronómetro, conos y la cancha. Este test consiste en colocar dos conos naranjas 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 marrón, 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. La evaluación se realizará con los tiempos obtenidos con balón y sin balón para posteriormente calcular el porcentaje mediante la fórmula ( $\% = (\text{Tiempo de conducción sin balón} / \text{t. con balón}) \times 100$ ) cabe resaltar que tendrán dos oportunidades cada jugador.

- **Test de definición**

El objetivo de este test es tratar de rematar a portería desde fuera del área. Este test consiste en que un jugador en este caso el que va a ser evaluador partirá de una posición de espaldas a la portería, aproximadamente a tres metros del área (línea discontinua de balón mano). Un segundo jugador se situará con balón a unos 7 metros más retrasado que el jugador evaluado y en banda derecha. Adicional se situará un tercer jugador en la línea de banda izquierda. Por último, en la portería se situarán dos conos junto a cada palo y un portero entre los conos. El test comienza cuando el segundo jugador realiza un pase al pie al jugador evaluado, el cual debe realizar un tiro a portería desde fuera del área antes de que el tercer jugador (que empieza a correr en el momento en que el segundo jugador realiza el pase), le alcance e intercepte el tiro. Cada jugador realizará 2 tiros recibiendo el pase desde la derecha y 2 tiros recibiendo el pase por la izquierda, saliendo el defensor desde el lado contrario.

La evaluación se realizará de acuerdo a los siguientes parámetros:

<b>Acción</b>	<b>Puntuación</b>
El jugador no logra tirar	1
El defensor intercepta el disparo	2
El tiro se va por fuera de la portería	3
El tiro lo detiene el portero	4
El tiro entra a gol	5
El tiro entra a gol y derriba el objetivo	6

## Capítulo III

### 3. Metodología

Es importante entender la metodología de investigación ya que es fundamental para delimitar la pregunta de investigación y el posterior desarrollo del trabajo, lo cual garantiza la validez de los resultados obtenidos, también para el correcto desarrollo de una investigación porque "es el medio para proporcionar la justificación teórico-empírica que se requiere para demostrar la validez del trabajo científico" (Hernández et al., 2018, p. 39). Además de ser "el camino crítico y rigurosamente planeado que seguirá una investigación para alcanzar sus objetivos y proporciona la estructura para la recopilación, validación y análisis de los datos" (Hernández et al., 2018, p. 39), permitiendo que el proceso de investigación se realice de manera sistemática y rigurosa. En resumen, es un paso crítico en todo proceso de investigación, pues permite la obtención de resultados rigurosos y válidos que respaldan la generación de conocimiento.

El presente estudio es una intervención de metodología cuantitativa con un abordaje cuasi experimental con alcance correlacionar - causal, ya que se trabajará con un pre y post test, porque se realizaron dos mediciones una previa a la intervención y otra posterior para conocer los efectos del desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol.

#### 3.1 Población y muestra de estudio

La intervención se realizó en el club de fútbol Cantera F.B. De edades formativas de la ciudad de Cuenca, los jugadores estaban entre edades de 8 a 10 años. El tamaño de la muestra se fijó en 20 participantes, se realizó un muestreo aleatorio, considerando el error del 5%, un nivel de confianza del 95% y pérdidas del 10% según la fórmula de ajustes de pérdida de la muestra.

#### 3.2 Criterios de inclusión y exclusión

Para los criterios de inclusión y exclusión se tomaron en cuenta las siguientes demandas:

##### 3.2.1 Criterios de inclusión

Niños matriculados en la academia de fútbol Cantera F.B en el período 2022-2023.

- Niños de edades entre los 8 a 10 años.
- Niños que asisten regularmente a la academia de fútbol Cantera F.B.

- Niños cuyos representantes legales hayan dado su consentimiento para la participación.
- Niños que aceptaron voluntariamente participar en el estudio.
- Niños en condiciones físicas adecuadas, sin lesiones físicas, musculares, articulares.
- Niños que han participado más del 80% de la aplicación entre los test iniciales y finales.

### **3.2.2 Criterios de exclusión**

- Estar fuera del límite de edad.
- No querer participar.
- No tener el permiso de sus representantes.
- Tener algún tipo de lesión física que le impida ser partícipe de las actividades iniciales.

### **3.3 Procedimiento de la aplicación**

Primero, se entregaron los permisos necesarios a la academia para que sean conscientes del proceso de intervención que se realizó y brinden la posibilidad de seguir con el mismo. Una vez aprobada nuestra intervención, se realizó una charla informativa entre los jugadores y sus entrenadores para exponer los detalles del estudio, como se dará la intervención, los objetivos y fines del proyecto y la confidencialidad del mismo. Además, a cada jugador se le dio un consentimiento informado con todos los detalles del experimento para que sus representantes lo firmen. Por otra parte, se realizó una evaluación inicial para medir los fundamentos técnicos mediante test específicos; los cuales se registraron en un Excel y se analizaron mediante el programa SPSS 25. Posteriormente se aplicó el método de entrenamiento Coerver que tuvo una duración de 3 meses con 3 sesiones semanales de entrenamiento, cada sesión tuvo una duración de 30 - 40 minutos. Finalmente se realizó una evaluación final para analizar y comparar los datos del inicio y así poder exponer los cambios surgidos y los efectos que han tenido el Método Coerver en los fundamentos técnicos del fútbol.

### **3.4 Evaluaciones**

#### **3.4.1 Materiales de evaluación**

A continuación, vamos a detallar los materiales e instrumentos usados para la medición de la muestra variable. Para la medición de los fundamentos técnicos se usaron test específicos, se obtuvieron los resultados de la evaluación inicial y evaluación final para poder comparar y analizar los cambios que se pudieron obtener. En cuanto al Método Coerver de intervención, llevan una serie de ejercicios encaminados a trabajar múltiples habilidades y destrezas las cuales se trabajaron y se tomaron los datos de los avances que se dieron durante todo el transcurso de la intervención y así se pudo tener constancia del procedimiento aplicado.

#### **1.4.2 Protocolo de evaluación**

Para el registro de los datos de la evaluación de los fundamentos técnicos: control, pase, conducción y definición se realizó las dos primeras semanas para lo cual lo primero es tener claro que todos los jugadores participantes están totalmente en condiciones de realizarla y sin ningún tipo de lesión o problema físico que pueda llegar a tener influencia sobre los resultados que nos arroje los test. Se tomó cada medida según los parámetros de cada test y finalmente estos datos se trasladaron al programa de Excel. En el caso del Método Coerver los datos que se obtuvieron se exportaron a un Excel según se realizó las anotaciones cada día de intervención, finalmente culminado el proceso de intervención, se aplicó nuevamente los test para evaluar los fundamentos técnicos y se trasladaron estos datos al Excel con los datos anteriores para mediante el programa SPSS 25 analizar y obtener los resultados de los cambios para mirar que tan significativos han sido.

#### **1.5 Método Coerver**

El objetivo del método es mejorar los fundamentos técnicos básicos del fútbol el cual está basado en diferentes actividades por medio de ejercicios técnicos individualizados trabajados en sesiones, la duración del método fue de 3 meses, en donde se trabajó tres sesiones por semana, cada sesión tuvo una duración de entre 40 a 60 minutos.

A continuación se describe de forma general los fundamentos técnicos con sus objetivos y actividades a través de las cuales se implementó el método.

Tabla 2: Método Coerver

<b>Método Coerver</b>		
<b>Fundamentos</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividades</b>
<b>técnicos</b>		
<b>Pase</b>	El objetivo consiste en el lanzamiento o la dirección que se le da al balón conscientemente con alguna parte del pie.	Ejercicios para mejorar la técnica del pase y sus variables respecto a: altura (ras de piso y media altura); distancia (pase corto y largo); y las diferentes superficies de contacto (borde interno, borde externo, empeine)
<b>Control</b>	El objetivo consiste en la forma de parar, controlar y dominar el balón con el objetivo de realizar una acción de juego posterior y favorable.	Ejercicios para mejorar la técnica de control de balón con el pie, enfocados en dos tipos: a) Parada: con borde interno y planta del pie; b) Control Orientado: con borde interno y externo.
<b>Conducción</b>	El objetivo consiste en la acción de dominar y desplazarse con el balón al ras del suelo, mediante una sucesión de toques con cualquier parte del pie.	Ejercicios para mejorar la técnica de conducción con diferentes superficies de contacto: borde interno, borde externo, empeine y planta del pie.
<b>Definición o remate al arco</b>	El objetivo consiste en atravesar el arco rival con golpeo del balón con diferentes partes del pie y del cuerpo a excepción de las extremidades superiores.	Ejercicios para mejorar la definición al arco con diferentes superficies de contacto del pie: con pelota parada, pelota en movimiento y combinada en jugada.

## 1.6 Operacionalización de variables

Tabla 3: Operacionalización de las variables

Variable	Definición	Indicadores
<b>Independiente</b> <b>Método Coerver</b>	Este método consiste en organizar una estructura piramidal que estaría relacionada con la edad y los aspectos a trabajar, que tendrían un orden gradual y acumulativo para cada nivel	<b>No aplica</b>
<b>Dependientes</b> <b>Fundamentos técnicos del fútbol</b>	Habilidades técnicas necesarias para ejecutar de mejor manera ciertos movimientos que son indispensables para el juego de balón	<b>No aplica</b>
<b>Test de pase</b>	Este test consiste en colocar las 6 banderas sobre una línea entre sí de 1,8 metros, a 18 metros de esa línea y paralela a ella se marcará otra que pertenece a la zona de tiro, cada deportista tendrá 5 oportunidades.	La evaluación se realizará de la siguiente manera: 3 puntos si el balón pasa por la línea central, 2 puntos si pasa por la zona intermedia, 1 punto si pasa por las puntas y 0 puntos si pasa por fuera de las zonas.
<b>Test de control</b>	El objetivo de este test es tratar de controlar un balón para después poder definir con la presión de un defensa	La valoración se obtendrá de acuerdo a un sistema de puntuación en el que se debe observar si el jugador logra realizar los cuatro objetivos marcados:  • Anticiparse al balón



- Orientar el control hacia el lado contrario del defensor
- Utiliza la superficie y pierna adecuada
- Logra tirar sin presión del defensor.

De esta manera se otorgará un punto al deportista, por cada objetivo cumplido, de forma que, la puntuación máxima posible de alcanzar en cada control son cuatro puntos, el test se repetirá dos veces.

**Test de conducción**

Este test consiste en recorrer una pista con y sin balón, tratando de eludir los obstáculos en el menor tiempo posible

La evaluación se realizará con los tiempos obtenidos con balón y sin balón para posteriormente calcular el porcentaje mediante la fórmula:  $(\% = (\text{Tiempo de conducción sin balón} / \text{t. con balón}) \times 100)$  cabe resaltar que tendrán dos oportunidades cada jugador.

---

<b>Test de definición</b>	El objetivo de este test es tratar de rematar a portería desde fuera del área.	La evaluación se realizara de acuerdo a los siguientes parámetros: El tiro entra a gol y derriba el objetivo, 6 puntos; El tiro entra a gol, 5 puntos; El tiro lo detiene el portero, 4 puntos; El tiro va fuera de la portería, 3 puntos; El defensor intercepta el disparo, 2 puntos; El jugador no logra tirar a portería, 1 punto.
---------------------------	--	--

---

### 1.7 Métodos y técnicas de análisis

Estadísticas descriptivas: Para este análisis se aplicó la media, desviación estándar, el máximo y el mínimo, para expresar la variable de fundamentos técnicos del fútbol, test de habilidades motrices específicas, además, se usaron los gráficos de barras para expresar las diferencias en los fundamentos técnicos, habilidades motrices específicas en el pre y post test.

Estadística inferencial: Para analizar los efectos que tuvo el programa en la variable de estudio, primero se usó una prueba de normalidad de datos de Shapiro Wilk, para ver la significancia de las pruebas que presentan normalidad usando la prueba T para muestras relacionadas y para aquellas pruebas que no presentan normalidad se usó la prueba no paramétrica para muestras relacionadas de Wilconxon que compara la evaluación inicial y la evaluación final, usando de variable fundamentos técnicos y otra con la variable habilidades motrices específicas. Además, se usará el diagrama de barras para establecer si se dieron efectos significativos en las habilidades motrices específicas de los jugadores. Todos los datos se tabularon por el programa de Excel y para los análisis estadísticos se usó el programa SPSS 25.

## Capítulo IV

### 4. Resultados

A continuación, se muestran los resultados obtenidos tras la aplicación de programas y así conocer los efectos del mismo. En primer punto, se exponen los estadísticos descriptivos de la edad de los participantes, después de eso se expone los estadísticos descriptivos de las pruebas iniciales y finales. De igual manera, se expone los resultados del efecto de la intervención en el Test de pase, Test de conducción, test de control y test de remate, dando a conocer las diferencias estadísticamente significativas entre el pre y post test de las pruebas y la relación que hay entre las variables mencionadas. Finalmente, se exponen las mejoras en los participantes mediante diagramas para explicar mejor los resultados.

#### 4.1 Estadísticos descriptivos

Tabla 4: Estadísticos descriptivos de los participantes

	Media (DE)	Max – Min
Edad	8,75 (0,71)	10 - 8

En la tabla 4 se detallan los estadísticos descriptivos de los participantes (edad). Se obtuvo la media, la desviación estándar (DE), el máximo y el mínimo de cada una de las variables.

#### 4.2 Normalidad de los datos

Se usó la prueba de normalidad de Shapiro – Wilk para muestras menores a 50 participantes. En caso de que el valor de P sea igual o menor a 0.05 se determina que los datos no siguen una distribución normal, mientras que, si P supera dicho valor, los datos siguen una distribución normal. En el caso de nuestros datos los siguientes datos presentaron una distribución normal: pre test de pase, pre y post test de conducción, pre test de control y pre test remate lado derecho e izquierdo, estos al tener un valor de P mayor al 0.05; mientras que, el post test de pase, post test de control y los posts test de remate por derecha e izquierda no presentan normalidad por tener un valor de P igual o menor a 0.05.

### 4.3 Estadísticos descriptivos de la variable habilidades motrices específicas del fútbol

Tabla 5: Diferencias de la normalidad de los test

<i>Variables</i>	<i>Sig</i>
T. Pase	0,328
Control	0,112
Remate lado derecho	0,489
Remate lado izquierdo	0,102

Esta tabla demuestra la diferencia de la normalidad del pre y post test de algunas de las variables que presentaban normalidad en solo una de las dos mediciones, por lo que se buscó las diferencias de las normalidades para conseguir la misma.

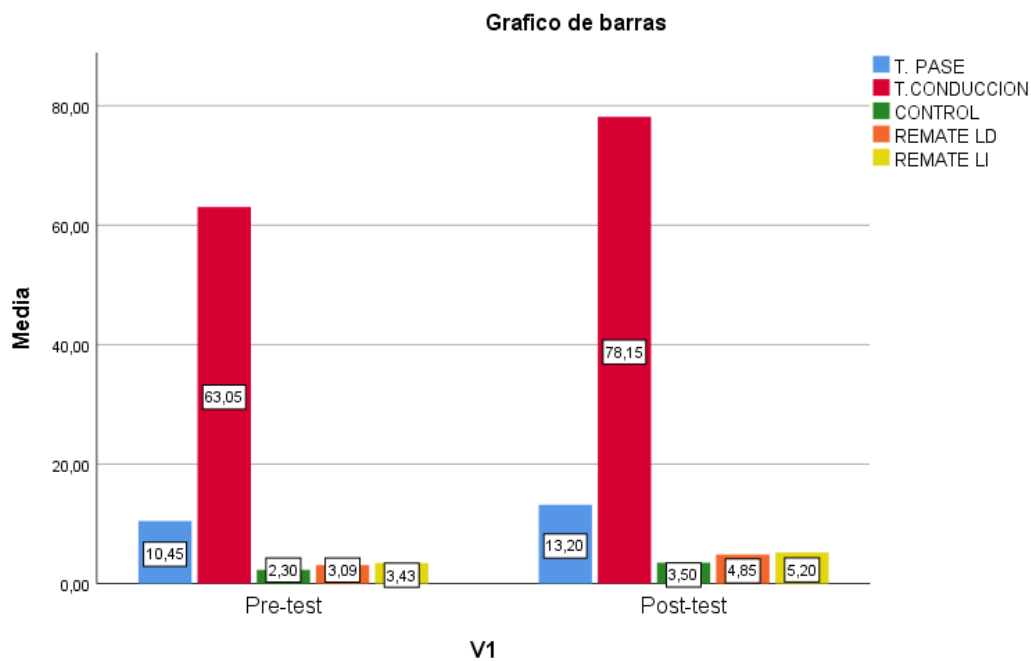
### 4.4 Estadísticos descriptivos de la variable habilidades motrices específicas del fútbol

Tabla 6: Estadísticos descriptivos de la variable habilidades motrices específicas del fútbol

<b>Pruebas</b>	<b>Pre-test</b>		<b>Post-test</b>	
	<b>Media (DE)</b>	<b>Max - Min</b>	<b>Media (DE)</b>	<b>Max - Min</b>
T. Pase	10,45 (1,70)	14 – 8	13,20 (1,00)	15 - 12
T. Conducción	63,05 (8,78)	81,36 – 50,64	78,15 (7,17)	93,05 – 68,45
Control	2,3 (0,77)	4,0 – 1,3	3,50 (0,51)	4 – 3
Remate LD	3,09 (0,68)	4,3 – 2,0	4,85 (0,74)	6 – 4
Remate LI	3,43 (0,97)	5 – 2	5,20 (0,76)	6 – 4

Para el análisis de los datos se obtuvo la media, la desviación estándar (DE), el máximo y el mínimo de las pruebas evaluadas tanto en el pre como el post test. Dentro de la prueba de T. Pase, se puede evidenciar una clara diferencia en sus medias siendo el post test mejor que el pre test. De igual manera sucede con la prueba de T. Conducción, en donde las medias del post test son superiores a la del pre test. En la prueba de Control, las medias de las post test son mejores que la del pre test. Lo mismo sucede en la prueba de Remate, en donde la media del pre test es inferior a la media del post test. En conclusión, se puede evidenciar que el efecto de los programas realizados obtuvo resultados positivos en todas las pruebas evaluadas en relación a las habilidades motrices específicas del fútbol (Tabla 6).

Figura 2: Diagrama de caja de las medias de las pruebas de la variable fundamentos técnicos del fútbol



*Nota. Se puede evidenciar el cambio de las medias en las pruebas de la variable Fundamentos técnicos del fútbol en relación al Pre y Post test.*

**4.5 Evaluación de las significancia estadística de las diferencias pre y post test de la variable fundamentos técnicos del fútbol**

Tabla 7: Estadísticos descriptivos de las diferencia de las pruebas evaluadas en relación a los fundamentos técnicos del fútbol

Pruebas	Diferencia post - pre test		Valor p <sup>a</sup>
	Media (DE)	Max - Min	
Diferencia T. Pase	2,75 (1,11)	-3,27; -2,22	0,000
Diferencia T. Conducción	15,09 (5,83)	-17,8; -12,3	0,000
Diferencia Control	1,20 (0,70)	-1,52; -0,87	0,000
Diferencia Remate Lado Derecho	1,75 (0,71)	-2,08; -1,41	0,000
Diferencia Remate Lado Izquierdo	1,76 (0,87)	-2,17; -1,35	0,000

En la siguiente tabla se puede observar la media, la desviación estándar (DE), el máximo y el mínimo de la diferencia entre el post y el pre test. Se puede observar que en las pruebas evaluadas los resultados son positivos de acuerdo a sus medias. Por último, se evidencia que todas las pruebas obtuvieron diferencias estadísticamente significativas es decir valor  $p \leq 0.005$  (Tabla 7).

## Capítulo V

### 5. Discusión

El presente trabajo tuvo como objetivo implementar una propuesta metodológica llamada Coerver que utiliza técnicas que incentiven el desempeño deportivo en el ámbito del fútbol de infantes entre 8 y 10 años de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca. Se aplicó el método de entrenamiento Coerver que tuvo una duración de 3 meses con 3 sesiones semanales de entrenamiento, cada sesión tuvo una duración de 30 - 40 minutos. En total se trabajó con 20 jóvenes, se determinó que la propuesta metodológica llamada Coerver tuvo efectos positivos en el desempeño deportivo. Este párrafo introductorio nos permite comparar nuestro estudio.

Por otra parte, en un contexto similar, Huerta et al. (2015), aplicaron el método Coerver en 28 futbolistas con una edad media de 9,3. En donde se aplicó una evaluación inicial y final, el programa se trabajó en 8 actividades grupales divididas en test físicos y test técnicos de 30 a 40 minutos cada una. El estudio revela que los futbolistas tuvieron resultados positivos al final de la aplicación del método Coerver, mejorando significativamente es decir incrementaron su atención y el desarrollo del juego, de igual manera incrementó considerablemente la calidad futbolística en cuanto a la técnica del balón y la eficacia dentro del terreno de juego. Es verdad que tanto en este estudio como en el nuestro se han obtenido resultados positivos, en ambos casos teniendo un valor de  $p \leq 0.005$ , lo que demuestra que hubo cambios significativos en las medias de los fundamentos técnicos del fútbol, sin embargo, ellos se centran mucho más en vincular la destreza con el balón en cuanto a la toma de decisiones dentro del terreno de juego.

En cambio, en un contexto similar al nuestro, Escudero (2015), relacionó el método tradicional y el Método Coerver para la mejora de la técnica del dribling, se dividió en dos grupos trabajando un grupo con cada método, la muestra de este estudio fue de 30 jugadores de edades entre los 7 y 8 años de la escuela de fútbol Semilleros el Cerrito. El proceso duro 12 semanas con dos sesiones de entreno semanales. Se realizó una batería de test similares al de nuestro estudio. Los resultados arrojaron que el Método Coerver obtuvo mejores resultados en cuanto al dribling. En contraste con esto, se puede comparar que en nuestro estudio se muestra una correlación entre los fundamentos técnicos básicos del fútbol y el Método Coerver que sin duda tuvo mejoras en relación a la técnica del dribling, sin embargo, en el estudio de Escudero, nos explica que el método tradicional sigue complementando el dribling a las situaciones reales de juego para mejorar el rendimiento dentro de la cancha.

De igual manera, en el estudio de Chimbo (2019), utilizó el método Coerver en la categoría sub 12 de la escuela de fútbol de la liga parroquial Belisario Quevedo, se aplicó a 21 jugadores de esta categoría, obteniendo que, el uso del Método Coerver ha mejorado considerablemente los fundamentos técnicos de los jugadores, permitiendo tanto su desarrollo individual como colectivo. En comparación con nuestro estudio, en ambos casos se evidencia mejoras en el desarrollo técnico de los jugadores, sin embargo, en el estudio de Chimbo, se busca reforzar este método con el uso de fútbol reducido en edades tempranas.



## Capítulo VI

### 6. Conclusiones y recomendaciones

#### 6.1 Conclusiones

En relación a los objetivos planteados podemos concluir que el Método Coerver tuvo un efecto positivo, mostrando diferencias estadísticamente significativas en todas las pruebas que se evaluaron para el desarrollo de los fundamentos técnico del fútbol. Las evaluaciones iniciales para valorar el nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos nos proporcionaron datos para su posterior análisis, además de tener un punto de partida acerca del nivel de las mismas y con ello planificar de mejor manera los test de intervención. De igual manera, las evaluaciones finales dieron a conocer la mejora que tuvieron los jóvenes deportistas en todos los ámbitos evaluados. Por último, es importante hacer énfasis en que el método realizado resulta beneficiosos siempre y cuando se los realicen de la mejor manera respetando sus tiempos de aplicación y además como punto importante estos programas son de fácil aplicación y puede ser replicado en el contexto educativo con participantes de la misma edad.

El análisis exhaustivo de los resultados obtenidos tras la implementación del Método Coerver en niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. de la ciudad de Cuenca arroja conclusiones significativas y alentadoras.

En primer lugar, queda claramente demostrada la efectividad positiva del Método Coerver en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en los participantes. A través de las pruebas de pase, conducción, control y remate, se evidenció un progreso notorio en las habilidades motrices específicas del deporte, confirmando así la capacidad del método para incidir de manera integral en diversos aspectos técnicos.

La validación estadística de los datos, mediante pruebas de normalidad, refuerza la fiabilidad de los resultados observados. Este análisis contribuye a consolidar la interpretación de las diferencias registradas entre las evaluaciones inicial y final, proporcionando una base sólida para la conclusión del impacto positivo del Método Coerver.

Al comparar estos hallazgos con estudios previos, se refuerza la idea de que el Método Coerver es una herramienta efectiva en contextos similares. La conexión específica entre los fundamentos técnicos básicos del fútbol y el éxito en la aplicación del método es un aspecto distintivo de este estudio, enriqueciendo la comprensión sobre la relación entre la metodología y los resultados.

Finalmente, la relevancia del Método Coerver en el contexto educativo se destaca como una conclusión de gran importancia. La facilidad de replicabilidad de estos programas abre nuevas oportunidades para su implementación en diversas instituciones y entornos educativos que buscan potenciar las habilidades técnicas de los niños en el fútbol.

En síntesis, las conclusiones derivadas de este estudio respaldan no solo la eficacia del Método Coerver, sino también su aplicabilidad práctica y su potencial impacto positivo en el desarrollo integral de los jóvenes futbolistas. Estas conclusiones no solo contribuyen al conocimiento académico, sino que también ofrecen perspectivas valiosas para el ámbito deportivo y educativo.

## **6.2 Recomendaciones**

Derivadas de los resultados positivos y estadísticamente significativos tras la aplicación del Método Coerver en niños de la categoría sub 10 de la academia de fútbol Cantera F.B. en la ciudad de Cuenca, se desprenden recomendaciones clave para maximizar y consolidar los beneficios observados:

En primer lugar, se aconseja mantener una implementación continua y regular del Método Coerver en las sesiones de entrenamiento de los niños. La consistencia en esta aplicación garantizará una internalización más efectiva de los fundamentos técnicos, contribuyendo así a un desarrollo sostenido de sus habilidades futbolísticas. Dada la fácil replicabilidad del Método Coerver, se recomienda explorar su adaptación en contextos educativos formales. La integración de estas prácticas en instituciones educativas puede enriquecer los programas deportivos existentes y fomentar el desarrollo técnico de los niños desde una edad temprana.

Para personalizar la experiencia de aprendizaje, se sugiere llevar a cabo un monitoreo individualizado del progreso de cada niño. Este enfoque permitirá ajustar la intensidad y enfoque del entrenamiento según las necesidades específicas de cada participante, maximizando así los resultados. Además, se aconseja explorar la posibilidad de integrar el Método Coerver con otras metodologías complementarias. Esta estrategia puede abordar aspectos tácticos y psicológicos, proporcionando un enfoque más completo en el proceso de formación deportiva.

Es esencial brindar formación continua a los entrenadores sobre la implementación y adaptación adecuadas del Método Coerver. Un conocimiento actualizado permitirá a los entrenadores optimizar las sesiones de entrenamiento, asegurando así la efectividad y pertinencia del método. Se recomienda realizar un seguimiento a largo plazo para evaluar la durabilidad de las habilidades adquiridas por los niños. Este monitoreo a largo plazo

proporcionará información valiosa sobre la efectividad a largo plazo del Método Coerver y permitirá realizar ajustes estratégicos según sea necesario.

Finalmente, se insta a llevar a cabo investigaciones adicionales para profundizar en la comprensión de los impactos específicos del Método Coerver. Estudios adicionales pueden explorar aspectos como la transferencia de habilidades a situaciones de juego reales y comparaciones con otras metodologías de entrenamiento. La implementación diligente de estas recomendaciones contribuirá a optimizar el uso del Método Coerver, asegurando beneficios continuos y duraderos en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en niños.

## Referencias

- Aguilar, M., & Oriundo, A. (2018). Habilidades Psicológicas y Fundamentos Técnicos del Fútbol en Estudiantes de Secundaria. (*Tesis de maestría*). Universidad César Vallejo, Ayacucho.
- Aguirre-Loaiza, H. A. (2015). La atención-concentración en el deporte de rendimiento. *Educación Física y Deporte*, 409-428.
- Alván, M. (2019). Habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad Señor de Sipán, Pimentel.
- Ansohn, L. (2015). *Fútbol con principios, Una guía Práctica de como enseñar valores por medio del deporte*. Bogotá: Deutsche Gesellschaft für.
- Arse, D., Casaran, Y., Vergara, S., & Solís, A. (2017). *Fases sensibles: deporte y edad*. Escuela Nacional del Deporte, Santiago de Cali.
- Balaguer, I., & Castillo, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia: Albatros.
- Barahona, G., & Huerta, A. (2019). Influencia de las habilidades psicológicas sobre los niveles de ansiedad y estrés en el deporte. *Educación las Américas*, 4.
- Bascón, M. (2010). Habilidades motrices básicas. *Innovación y experiencias educativas*.
- Cardona, F. (2018). Confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes. (*Tesis de licenciatura*). Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, Bogotá.
- Castillo, H. (2017). La psicología Deportiva en el rendimiento deportivo de fútbol en los jugadores de la sub 12 y sub 14 del Club Deportivo "Mushuc Runa Sporting Club. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.
- Chazi, C. (2021). Mejora de las habilidades motrices básicas utilizando los fundamentos básicos del fútbol lúdico en escolares de Cuenca 2019. (*Tesis de Maestría*). Universidad de Cuenca, Cuenca.
- Cronin, J., & Sleivert, G. (2005). Retos en la Comprensión de la Influencia del Entrenamiento de Potencia Máxima en la Mejora del Rendimiento Deportivo. *Medicina deportiva*, 213-234.

- Estévez, J. (2013). Identificación de la capacidad de concentración en máxima intensidad de rendimiento, de los futbolistas de la Categoría Sub18 del Club Deportivo "El Nacional" de la ciudad de Quito. (*Tesis de maestría*). Universidad Central del Ecuador, Quito.
- Ferrés, C. (2004). El aspecto invisible del tenis. Una mirada a los procesos psicológicos de la actividad. *Alto Rendimiento, Psicología y Deporte*, 38-48.
- Fomin, N., & Filin, V. (1975). *Conceptos básicos de educación física específicos de la edad*. Hofmann.
- Gil, M. (2014). El desarrollo de las habilidades motrices específicas durante la iniciación a la práctica deportiva en el segundo ciclo de Educación Primaria. (*Tesis de licenciatura*). Universidad de Valladolid, Valladolid.
- Gimeno, F., Buceta, J., & y Pérez, M. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Psicothema*, 667-672.
- Gómez-Luna, Eduardo; Fernando-Navas, Diego; Aponte-Mayor, Guillermo; Betancourt-Buitrago, Luis. (2014). Metodología para la revisión bibliográfica y la gestión de información de temas científicos, a través de. *Metodología para la revisión bibliográfica y la gestión de información de temas científicos, a través de*, 158-163.
- González, J., Londoño, O., Vasconez, L., & Cerón, C. (2019). El impacto de la psicología en el ámbito educativo. *Recimundo: Revista Científica de la investigación y el Conocimiento*, 543-565.
- Guachamin, E. (2015). La preparación psicológica en el rendimiento deportivo para los futbolistas de la Federación Deportiva de Santa Elena categoría pre-juvenil sub 14, año 2013. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad.
- Guazhambo, R., & Sucuzhañay, J. (2011). Metodología para la evaluación física, técnica, táctica y psicológica del fútbol para niños de 10-12 años de la Escuela de Fútbol Jogo Bonito. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca.
- Guerra, J., Gutiérrez, M., Zavala, M. S., Goosdenovich, D., & Romero, E. (2017). Relación entre ansiedad y ejercicio físico. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 169-177.
- Gutiérrez, F. (2011). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas. *Cuerpo, cultura y movimiento*, 77-86.
- Gutiérrez, L. (2015). Preparación psicológica en deportes individuales. (*Tesis en licenciatura*). Universidad de la República, Montevideo.
- Hernández, G. (2003). Análisis del rendimiento físico de acuerdo a los ritmos circadianos. (*Tesis de maestría*). Universidad Autónoma de Nuevo León, Nuevo León.

- Hidalgo, B., Pérez, V., Olivera, M., López, L., Betancourt, L., & y Loor, M. (2020). Terapia cognitivo-conductual en la fibromialgia. *Ciencias de la salud*, 21.
- Ibáñez, C., & Manzanera, R. (2012). Técnicas cognitivo-conductuales de fácil aplicación en atención primaria (I). *SEMERGEN-Medicina de familia*, 377-387.
- Ibarzábal, F., & Tubío, J. (2010). Algunos beneficios psicológicos asociados al entrenamiento de fuerza para la hipertrofia muscular. *Revista de Ciencias del Ejercicio*, 1-30.
- Intriago, O. (2018). El desarrollo muscular en el rendimiento físico de la Selección de Fútbol en la Unidad Educativa Pio X. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Técnica de Ambato, Ambato.
- Izquierdo, J. (2004). La condición psicológica en el deporte de competición: estrategias de evaluación. (*Tesis Doctoral*). Universidad de las Palmas Gran Canaria, Las Palmas Gran Canaria.
- Jiménez, A., & Ariza, H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 189-205.
- Jiménez, L., Díaz, J., Díaz, H., & González, Y. (2013). Valoración de las capacidades físicas condicionales en escolares de básica secundaria y media del colegio distrital Gerardo Paredes de la localidad de Suba. *Movimiento científico*, 93-104.
- Llopis, D., & Llopis, R. (2009). Correr con cabeza: Claves psicológicas del maratón y las carreras de fondo. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 139-141.
- López, I., Sánchez, J., & Vélez, D. (2013). Adaptación para futbolistas (CPRD-F) del cuestionario "características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo" (CPRD). . *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21-30.
- Losada, C. (2011). La flexibilidad en la educación primaria. *Innovación y experiencias educativas*, 1-3.
- Medrano, E., Espada, M., & Garrido, R. (2017). La autoconfianza en el deporte en edad escolar. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 158-171.
- Moreno, I., Gómez, V., Olmedilla, B., Ramos, L., Ortega, E., & y Olmedilla, A. (2019). Eficacia de un programa de preparación psicológica en jugadores jóvenes de fútbol. *Revista de Psicología aplicada al deporte y al ejercicio físico*, 1-7.
- Muñoz, L. (2003). *Educación psicomotor*. Colombia: Kinesis.
- Núñez, R. (2005). Bienvenidos a la psicología del deporte y el ejercicio físico. *Weinberg y Gould. Fundamentos de la psicología del deporte y el ejercicio físico*.
- Olmedilla, A., & y Domínguez, J. (2016). Entrenamiento psicológico para la mejora de la atención y la autoconfianza en un futbolista. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 1-11.

- Palou, P. (2012). Relaciones entre calidad de vida, actividad física, sedentarismo y fitness cardiorrespiratorio en niños. *Revista de psicología del deporte*, 393-398.
- Portella, D. L.-B. (2011). Valoración del rendimiento físico de jóvenes en función de la edad cronológica. *Apunts Educación Física y Deportes*, 42-49.
- Ramírez, J., Laverde, R., & Melo, C. (2009). Análisis de la relación entre la potencia, la capacidad anaeróbica y la velocidad desplazamiento en varones entre 50 y 60 años de edad. *Archivos de Medicina*.
- Rivas, M. (2013). Guía didáctica para la enseñanza del fútbol en niños y adolescentes de 8 a 16 años. (*Guía pedagógica*). Universidad Nacional de Costa Rica, Heredia.
- Rosero, A. (2018). La inteligencia emocional y la influencia en el rendimiento deportivo de los futbolistas de las divisiones inferiores del mushuc runa sporting club del cantón Ambato en el año 2017. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Tecnológica Indoamérica, Ambato.
- Rossi, R. (2012). *Los consejos del psicólogo para superar el estrés*. Barcelona: De Vecchi.
- Rueda, Y., Daza, P., & y Daza, C. (2019). Creación de valores normativos de la condición física: velocidad en adoslescentes de 11 a 18 años del municipio de Bucaramanga. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Cooperativa de Colombia, Bucaramanga.
- Ryan, R., & Deci, E. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American psychologist*, 68-78.
- Salas, R. (12 de Octubre de 2014). La Psicología Deportiva en Ambato. (D. L. Hora, Entrevistador)
- Sánchez, J. (2019). Desarrollo de los procesos cognitivos de atención y concentración en Educación Inicial. *Revista de Educación e Investigación "Alternancia"*, 47-63.
- Siff, M., & Verkhoshansky. (2000). *Superentrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Tassi, J., Matiz, S., & Cabezas, M. (2018). El entrenamiento psicológico-integrado en Fútbol a través de tareas de entrenamiento. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*.
- Torres, I. (2015). Generalidades del estudio de la ansiedad competitiva. *Revista Científica Olimpia*, 125-137.
- Torres, M., & Núñez, L. (2012). Fútbol, ansiedad y psicología deportiva. (*Tesis de licenciatura*). Universidad del Valle, Santiago de Cali.
- Vaamonde, A. (2018). Pasado, presente y futuro del psicólogo\* del deporte en el fútbol español. *Revista de Psicología aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*.
- Valdés, H. (1996). *La preparación psicológica del deportista. Mente y rendimiento humano*. Zaragoza: INDE.

Williams, J. (1991). *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Zambrano, J. (2019). Guía didáctica para el desarrollo de habilidades motrices en el fútbol preescolar. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad de Guayaquil, Guayaquil.

Zintl, F. (1991). Entrenamiento de la resistencia: fundamentos, métodos y dirección del entrenamiento. (*Tesis Doctoral*). Barcelona.



## Anexos

### Anexo A

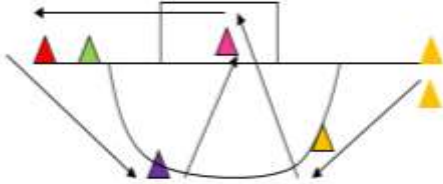



#### Test Fundamentos técnicos del fútbol

##### Protocolo

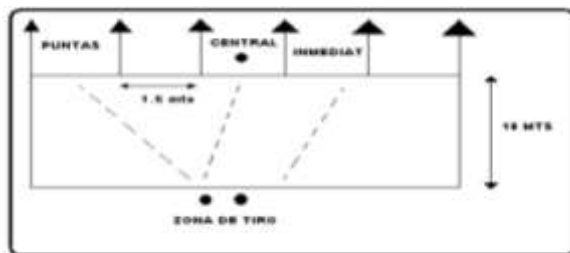
Antes de comenzar a valorar los fundamentos técnicos de los deportistas, éstos deben de realizar un calentamiento para de esta manera intentar estandarizar en la medida de lo posible los test que vamos a realizar.

El calentamiento sería lo siguiente:

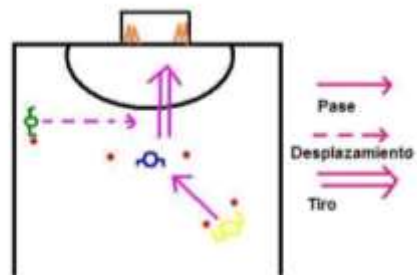
- 3 minutos de carrera continúa con el balón en los pies conduciendo a ritmo suave alrededor de la cancha de fútbol, con el objetivo de poner en marcha el sistema cardiorrespiratorio.
- 5 minutos de movilidad articular, siguiendo un orden de arriba abajo con el fin de no olvidar ninguna articulación ni grupo muscular.
- 3 minutos de estiramientos, primero de forma estática, y posteriormente de forma dinámica para activar los huesos musculares.
- 6 minutos de juegos, (el juego de los 10 pases, 3 minutos jugando con la mano, y 3 minutos con los pies), para así activar los órganos con una mayor implicación en el fútbol, y con unos objetivos no solo a nivel fisiológico, sino también a nivel psicológico, como la mejora de atención, de motivación, etc.

TEST	Descripción de Materiales	
Test de Conducción		
Test de Control		

Test de pase



Test de definición



Anexo B

**Programas**  
**Programa de actividades**

Número de sesiones	Objetivo de la sesión	Actividades a desarrollar para la parte principal de la sesión de acuerdo a la metodología Coerver.	Materiales	Tiempo	Semanas de trabajo												
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno	-Pisar el balón con planta de pie en el propio terreno -Toques con la parte interna del pie en el propio terreno -Mezclar los dos ejercicios anteriores -Toques con la parte externa del pie ligeramente desplazándose -Toques con el borde interno, piso el balón con planta del pie y toque con la parte externa -Toques con el borde interno y luego con la parte externa del pie.	Balones Silbato	60 min	X												
2	-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno.	Toques con el borde interno, piso con planta del pie y jalo el balón hacia un lado.	Balones Silbato	60 min		X											

			<p>Pisar en balón con la planta del pie y jalar ligeramente hacia un lado.</p> <p>Piso el balón y lo jalo de adentro hacia afuera, alternando ambos pies.</p> <p>Piso en balón y lo llevo hacia afuera tocando con la parte externa del pie, alternando ambos pies.</p> <p>Piso el balón de atrás hacia adelante.</p> <p>Toques con la punta y parte externa del pie llevándolo de adentro hacia afuera.</p>															
3	-Mejora de aspectos técnicos		<p>Pisando el balón lo traslado de lado a lado con la parte interna</p> <p>Piso el balón y lo jalo de adentro hacia afuera y traslado al otro pie con la parte interna</p> <p>Toques con el borde interno y traslado el balón al otro pie pisándolo.</p> <p>Regate y traslado de balón borde externo.</p> <p>Regate con ambos pies y traslado del balón de un lado al otro</p> <p>Traslado del balón con pisada más un regate al final.</p>	Balones	60 min			X										

4	-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno		<p>Traslado del balón más regate al final</p> <p>Traslado del balón ambos pies con borde externo</p> <p>Traslado del balón con pisada y cambio de orientación</p> <p>Conducción de balón borde externo – interno</p> <p>Conducción de balón borde externo – interno intercambiando ambos pies</p> <p>Traslado del balón con borde externo y pisada intercambiando ambos pies</p>		60 min					X							
5	-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno		<p>Traslado de balón con pisada borde interno – externo ambos pies</p> <p>Traslado de balón con pisada borde interno externo pie dominante</p> <p>Traslado de balón con borde interno utilizando ambas piernas</p> <p>Traslado de balón con borde interno utilizando ambas piernas más pisada</p> <p>Traslado del balón con borde externo a contra pierna</p> <p>Traslado del balón con pisada más borde externo ambos pies</p>	Balones	60 min					X							
6	-Mejorar la pisada del balón		<p><b>(Conducción del balón)</b></p> <p>-Pisar el balón con planta de pie en el propio terreno</p>	Balones	60 min					X							

	<p>en el propio terreno</p> <p>-Mejora la conducción del balón</p>		<p>-Toques con la parte interna del pie en el propio terreno</p> <p>-Mezclar los dos ejercicios anteriores</p> <p>-Toques con la parte externa del pie ligeramente desplazándose</p> <p>-Toques con el borde interno, piso el balón con planta del pie y toque con la parte externa</p> <p>-Toques con el borde interno y luego con la parte externa del pie.</p>															
7	<p>-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno</p> <p>-Mejora la conducción del balón</p>		<p><b>(Conducción del balón)</b></p> <p>-Toques con el borde interno, piso con planta del pie y jalo el balón hacia un lado</p> <p>-Pisar en balón con la planta del pie y jalar ligeramente hacia un lado</p> <p>-Piso el balón y lo jalo de adentro hacia afuera, alternando ambos pies</p> <p>-Piso en balón y lo llevo hacia afuera tocando con la parte externa del pie, alternando ambos pies</p> <p>-Piso el balón de atrás hacia adelante</p> <p>-Toques con la punta y parte externa del pie llevándolo de adentro hacia afuera</p>	Balones	60 min													X

<p>8</p>	<p>-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno -Mejora la conducción del balón</p>		<p><b>(Conducción del balón)</b> -Pisando el balón lo traslado de lado a lado con la parte interna -Piso el balón y lo jalo de adentro hacia afuera y traslado al otro pie con la parte interna -Toques con el borde interno y traslado el balón al otro pie pisándolo. -Regate y traslado de balón borde externo -Regate con ambos pies y traslado del balón de un lado al otro -Traslado del balón con pisada más un regate al final.</p>	<p>Balones Silbato</p>	<p>60 min</p>								<p>X</p>				
<p>9</p>	<p>-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno -Mejora la conducción del balón</p>		<p><b>(Conducción del balón)</b> -Traslado del balón más regate al final -Traslado del balón ambos pies con borde externo -Traslado del balón con pisada y cambio de orientación -Conducción de balón borde externo – interno -Conducción de balón borde externo – interno intercambiando ambos pies -Traslado del balón con borde externo y pisada intercambiando ambos pies.</p>	<p>Balones Silbato</p>	<p>60 min</p>								<p>X</p>				



10	<p>-Mejorar la pisada del balón en el propio terreno -Mejora la conducción del balón</p>		<p><b>(Conducción del balón)</b> -Traslado de balón con pisada borde interno – externo ambos pies -Traslado de balón con pisada borde interno externo pie dominante -Traslado de balón con borde interno utilizando ambas piernas -Traslado de balón con borde interno utilizando ambas piernas más pisada -Traslado del balón con borde externo a contra pierna -Traslado del balón con pisada más borde externo ambos pies</p>	Balones Silbato Pivotes	60 min										X		
11	<p>-Mejorar la ejecución y técnica del pase y de la recepción</p>		<p>-Pases en línea recta a corta mediana y larga distancia -Pases a media altura a largas distancias -Pases aéreos a largas distancias -Ejecución de paredes de manera grupal</p>	Balones Pivotes	60 min										X		
12	<p>-Mejorar la ejecución y técnica del remate y conducción</p>		<p>-Conducción a velocidad a través de obstáculos -Conducción a velocidad en línea recta y con cambios de dirección realizando recortes y enganches -Remates a portería a corta mediana y larga distancia</p>	Balones Pivotes	60 min												X

			-Conducción y remate a mediana distancia usando las diferentes partes del pie																
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--