



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
FACULTAD DE EDUCACIÓN, TURISMO, ARTES Y HUMANIDADES
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL
DEPORTE

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y EL DEPORTE

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

TEMA:

Valoración de capacidades coordinativas de la escuela de fútbol “Super 11” de la
comunidad Los Bajos

AUTOR:

Posligua Posligua Luis Miguel

TUTOR:

Lic. Tony Navia Macías, Mg.

MANTA – MANABÍ – ECUADOR

CERTIFICO

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría del estudiante POSLIGUA POSLIGUA LUIS MIGUEL, legalmente matriculado en la carrera de PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE, período académico 2025-2026(2), cumpliendo el total de **384 horas**, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es *"VALORACIÓN DE CAPACIDADES COORDINATIVAS DE LA ESCUELA DE FUTBOL SUPER II LOS BAJOS."*

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, Lunes, 09 de febrero de 2026.

Lo certifico,



NAVIA MACIAS TONY ECUADOR
Docente Tutor

CERTIFICADO DE DERECHO DE AUTOR

PROPIEDAD INTELECTUAL

Título del Trabajo de Investigación: **Valoración de capacidades coordinativas de la escuela de fútbol “Super 11” de la comunidad Los Bajos.**

Autor: Posligua Posligua Luis Miguel

Fecha de Finalización: Enero del 2026

Descripción del Trabajo:

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal valorar las capacidades coordinativas de los jugadores de la escuela de fútbol “Super 11” de la comunidad.

Declaración de Autoría:

Yo, Posligua Posligua Luis Miguel, con número de identificación 1314893098, declaro que soy el autor original y Lic. Navia Macías Tony Ecuador, con número de identificación 1305651455, declaro que soy el coautor, en calidad de tutor del trabajo de investigación: **Valoración de capacidades coordinativas de la escuela de fútbol “Super 11” de la comunidad Los Bajos.** Este trabajo es resultado del esfuerzo intelectual y no ha sido copiado ni plagiado en ninguna de sus partes.

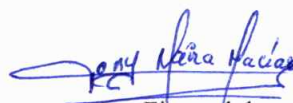
Derechos de Propiedad Intelectual:

El presente trabajo de investigación está reconocido y protegido por la normativa vigente, art. 8, 10, de la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador. Todos los derechos sobre este trabajo, incluidos los derechos de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación, pertenecen a los autores y a la Institución a la que represento, Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.



Firma del Autor:

Posligua Posligua Luis Miguel
C.I. 1314893098



Firma del coautor:

Lic. Navia Macías Tony Ecuador, Mg.
C.I. 1305651455

Manta, enero de 2026

RESUMEN

El propósito del estudio, se centró en valorar las capacidades coordinativas de los jugadores de la escuela de fútbol Super 11 de la comunidad Los Bajos, con el fin de identificar el nivel de desarrollo coordinativo dentro del proceso de formación deportiva. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo trabajando con una población conformada por 30 alumnos. Para la recolección de la información se aplicaron pruebas específicas orientadas a evaluar distintas capacidades coordinativas, tales como el equilibrio, la orientación espacial, el ritmo, la reacción, la coordinación general y la adaptación motriz.

Los datos obtenidos fueron registrados mediante fichas técnicas y analizados a través de estadística descriptiva, utilizando exclusivamente frecuencias y porcentajes. Los resultados evidenciaron que la mayoría de los jugadores presenta un nivel medio de desarrollo de las capacidades coordinativas, destacándose mejores desempeños en pruebas de equilibrio y orientación, mientras que se observaron mayores dificultades en capacidades relacionadas con la reacción, la diferenciación motriz y la coordinación global en situaciones de juego, concluyendo que si bien existe una base coordinativa aceptable, es necesario fortalecer de manera sistemática el trabajo coordinativo dentro del entrenamiento formativo.

Palabras claves: Capacidades coordinativas, coordinación motriz, evaluación motriz, formación deportiva.

ABSTRACT

The purpose of this study was to assess the coordinative abilities of players at the Super 11 soccer school in the Los Bajos community, in order to identify their level of coordinative development within the sports training process. It was conducted using a quantitative, descriptive, and cross-sectional approach, working with a population of 30 students. Specific tests were administered to collect data and evaluate various coordinative abilities, such as balance, spatial orientation, rhythm, reaction time, general coordination, and motor adaptation.

The data obtained were recorded using technical data sheets and analyzed using descriptive statistics, specifically frequencies and percentages. The results showed that most players exhibited an average level of development in their coordinative abilities, with better performance in balance and orientation tests. However, greater difficulties were observed in abilities related to reaction time, motor differentiation, and overall coordination in game situations. The study concluded that while an acceptable coordinative base exists, it is necessary to systematically strengthen coordinative training within the developmental training program.

Keywords: Coordinative abilities, motor coordination, motor assessment, sports training.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICO	2
RESUMEN	4
ABSTRACT	5
Introducción.....	10
Planteamiento del problema	11
Justificación	13
Objetivos.....	15
Objetivo general.....	15
Objetivos específicos	15
CAPÍTULO I	16
MARCO TEÓRICO	16
1. Capacidades coordinativas.....	16
1.1 Definición	16
1.2 Actividad física y deporte formativo	20
1.3 El fútbol como medio de desarrollo integral	22
1.3.1 Dimensiones formativas del fútbol.....	23
1.3.2 El fútbol formativo y la educación integral	24
1.3.3 Clasificación de funciones del fútbol como medio educativo	25
1.3.4 Impacto del fútbol en la formación de habilidades motrices.....	26
1.3.5 El fútbol y el entorno comunitario.....	26
1.3.6 Integración del fútbol formativo con la educación curricular	27
1.4 Capacidades motrices	27

1.4.1 Clasificación de las capacidades motrices	28
1.4.2 Importancia de las capacidades motrices.....	29
1.4.3 Desarrollo de las capacidades motrices en edades formativas	30
1.4.4 Integración de capacidades motrices en la formación futbolística	30
1.5 Clasificación de las capacidades coordinativas	31
1.5.1 Equilibrio	32
1.5.2 Orientación	32
1.5.3 Ritmo	33
1.5.4 Diferenciación motriz	33
1.5.5 Reacción	34
1.5.6 Adaptación motriz	34
1.5.7 Acoplamiento o sincronización	35
1.6 Desarrollo de las capacidades coordinativas en edades formativas.....	35
1.6.1 Plasticidad motriz y sensibilidad al aprendizaje.....	36
CAPÍTULO II.....	37
METODOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN.....	37
2.1 Tipo de estudio	37
2.2 Métodos teóricos.....	37
2.2.1 Método analítico	38
2.2.2 Método sintético	38

2.2.3 Método inductivo deductivo	38
2.3 Métodos empíricos.....	38
2.3.1 Observación directa y sistemática	39
2.3.2 Aplicación de pruebas coordinativas	39
2.4 Métodos estadísticos.....	39
2.6 Población y muestra.....	40
2.6.1 Población	40
2.6.2 Muestra	40
CAPÍTULO III.....	41
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	41
Prueba 1. Equilibrio estático con pies juntos	41
Prueba 2. Equilibrio monopodal	42
Prueba 3. Equilibrio en desplazamiento	43
Prueba 4. Orientación espacial	43
Prueba 5. Cambio de dirección.....	45
Prueba 6. Reacción ante estímulo visual	46
Prueba 7. Reacción ante un estímulo auditivo.....	47
Prueba 8. Ritmo mediante palmadas	48
Prueba 9. Coordinación óculo-pédica.....	49
Prueba 10. Coordinación óculo-manual	50
Prueba 11. Agilidad con obstáculos.....	51

Prueba 12. Diferenciación motriz	52
Prueba 13. Ajuste de movimientos	53
Prueba 15. Orientación con balón.....	55
Prueba 16. Ritmo al realizar un desplazamiento	56
Prueba 17. Coordinación general.....	57
Prueba 18. Velocidad de reacción	58
Prueba 19. Coordinación al ejecutar un cambio de ritmo.....	59
Prueba 20. Coordinación en situación de juego.....	60
Discusión de los resultados.....	61
Discusión de los resultados según los objetivos específicos	61
Conclusiones y recomendaciones	64
Conclusión	64
Recomendaciones	65
Referencias	67

Introducción

La práctica del fútbol en edades de formación constituye no únicamente un medio de entretenimiento y socialización, sino también un ámbito privilegiado para el desarrollo integral del joven deportista. En este sentido, las capacidades coordinativas que son aquellas cualidades motoras que permiten al deportista observar, procesar información sensorial y motriz y ejecutar con precisión, fluidez y economía los movimientos, se posicionan como una base esencial para la adquisición de habilidades técnicas, tácticas y para una correcta adaptación al entorno propio del juego colectivo.

En la comunidad Los Bajos del cantón Montecristi, la escuela de fútbol “Super 11” representa un escenario donde los jóvenes futbolistas acceden a formación deportiva, pero en el cual aún no se ha realizado un diagnóstico sistemático de su perfil coordinativo-motriz, lo que plantea una oportunidad de investigación con fuerte potencial formativo. El desarrollo coordinativo en la iniciación deportiva adquiere especial relevancia, dado que durante la edad escolar y la adolescencia temprana el sistema nervioso y músculo-articular se encuentran en fase de maduración, lo que hace que estímulos adecuados en este periodo favorezcan el perfeccionamiento motor y la ejecución técnica futura.

En el fútbol base no basta con practicar mucho, debido a que lo importante es practicar bien, con movimientos adaptados, eficientes y coordinados que permitan al joven futbolista no solo repetir patrones técnicos, sino ejecutarlos con adaptabilidad, rapidez de decisión y economía gestual. Para el entorno de la escuela “Super 110”, esta cuestión adquiere matices particulares, los recursos disponibles pueden ser limitados, los entrenadores desarrollan su labor con entusiasmo, pero sin siempre contar con instrumentos de diagnóstico especializados, y los jugadores provienen

de distintos contextos motrices y sociales. Estas condiciones exigen que la formación se base en un diagnóstico finamente ajustado a la realidad de los participantes, de modo que el entrenamiento coordinativo y motriz esté alineado con las necesidades reales. Si la escuela carece de una valoración sistemática de capacidades como la orientación espacial, el equilibrio, la diferenciación motriz, el ritmo y la adaptación (componentes reconocidos de las capacidades coordinativas), entonces la planificación de entrenamientos queda basada en la experiencia, lo que limita la optimización de los recursos y puede generar retrasos formativos, menores progresos técnicos y un mayor riesgo de lesiones.

En este contexto, realizar una valoración diagnóstica de las capacidades coordinativas ofrecerá múltiples utilidades, permitiendo identificar el estado actual de sus capacidades coordinativas tales como los componentes que están más desarrollados y cuáles requieren intervención, otorgando a los entrenadores una base técnica para estructurar y organizar el entrenamiento de forma más eficaz. En síntesis, esta investigación se propone valorar las capacidades coordinativas de los jugadores de la escuela de fútbol “Super 11” de la comunidad Los Bajos del cantón Montecristi en un contexto de formación deportiva, con el fin de analizar sus fortalezas y debilidades, sentar las bases para un programa de intervención coordinativo y técnico adaptado a sus necesidades, contribuyendo al desarrollo de una estructura formativa más profesional, eficiente y ajustada a la realidad de sus participantes.

Planteamiento del problema

En la escuela de fútbol Super 11 de la comunidad Los Bajos se ha observado una inquietante persistencia de dificultades que afectan el rendimiento técnico de sus jugadores. A pesar del compromiso de los jóvenes y de las sesiones de entrenamiento regulares, existen

deficiencias recurrentes en el control del balón, en la precisión de los pases, en la agilidad para cambiar de dirección, en el equilibrio monopodal durante movimientos de apoyo y en la velocidad de reacción ante estímulos de juego. Esta situación sugiere que uno de los factores subyacentes podría estar vinculado al desarrollo insuficiente de las capacidades coordinativas como el equilibrio, la orientación espacial, el ritmo, la diferenciación motriz y la reacción en los futbolistas en formación, lo cual compromete la asimilación eficaz de los fundamentos técnicos del fútbol.

La literatura especializada respalda la relevancia de estas capacidades en la iniciación deportiva: en un estudio con niños de entre 8 y 10 años, se identificó que la progresión de las capacidades coordinativas fue esencial para el rendimiento tanto físico como cognitivo en el contexto del fútbol. (López , García, & Pariguaman, 2024) Asimismo, en una investigación con alumnos del sexto grado de primaria se estableció que las capacidades coordinativas se relacionan con el aprendizaje del fútbol en edades tempranas. (Lugo Cacha, 2018)

Según un estudio realizado por Carrillo y Silva (2021), se investigó a jugadores Sub-10, en donde se evidenció una correlación significativa entre las capacidades coordinativas y los fundamentos técnicos del fútbol, lo que confirma que deficiencias en coordinación motriz se traducen en menor desempeño técnico. (Carrillo Silva & Quintanilla Ayala, 2021)

En el contexto particular de la escuela Super 11, la ausencia de un diagnóstico formal de las capacidades coordinativas impide establecer un estado de referencia, identificar debilidades motoras específicas o adaptar los entrenamientos a las necesidades reales de los jugadores. En consecuencia, el proceso formativo queda mayormente guiado por la experiencia del entrenador, pero sin contar con instrumentos de valoración que permitan personalizar la intervención motriz-coordinativa. Esta limitación se agrava en un entorno de recursos modestos, donde optimizar la

eficiencia del entrenamiento es clave para maximizar el progreso técnico y motriz de los futbolistas jóvenes.

Como resultado de este escenario, se generan varias implicaciones negativas. La primera, radica en que el aprendizaje técnico (Conducción, pase, dribbling o control) puede avanzar más lentamente, ya que la motricidad básica no está completamente desarrollada. La segunda implica el incremento del riesgo de lesiones o movimientos compensatorios incorrectos, puesto que los jóvenes carecen de adecuada base coordinativa y en la tercera, la motivación de los jugadores puede verse afectada al no observar mejoras visibles o sentir que su progresión es limitada.

Esta situación plantea un problema central que se sintetiza en la siguiente interrogante: ¿En qué medida están desarrolladas las capacidades coordinativas de los jugadores de la escuela Super 11 de la comunidad Los Bajos, y cómo ese nivel de desarrollo influye en su aprendizaje técnico y motriz dentro del contexto formativo del fútbol base?

El proyecto de investigación se propone dar respuesta a esta interrogante, estableciendo una valoración diagnóstica de las capacidades coordinativas, identificando fortalezas y debilidades, y generando insumos que permitan diseñar una intervención adecuada para optimizar el proceso en dicha escuela.

Justificación

La valoración de las capacidades coordinativas en los jugadores de la escuela de fútbol “Super 11” de la comunidad Los Bajos constituye una necesidad prioritaria dentro del proceso de formación deportiva, ya que estas capacidades representan la base funcional sobre la cual se construyen todas las habilidades técnicas del fútbol. Evaluar su desarrollo permitirá comprender

con precisión el nivel motriz de los jugadores y, a partir de ello, planificar estrategias de entrenamiento acordes con sus condiciones reales. De esta forma, el proyecto busca contribuir al fortalecimiento de la enseñanza del fútbol en contextos comunitarios, donde los recursos suelen ser limitados y la formación depende en gran medida del compromiso de entrenadores y deportistas.

En el ámbito práctico, esta investigación ofrece una herramienta valiosa para los entrenadores de la escuela “Super 11”, quienes podrán disponer de información objetiva sobre las fortalezas y debilidades coordinativas de sus jugadores. Con esta información será posible ajustar los contenidos de entrenamiento, mejorar la calidad de las sesiones y orientar las actividades hacia la corrección de deficiencias específicas. La valoración permitirá también establecer un punto de partida para futuras mediciones, lo que facilitará el seguimiento de la evolución de los deportistas a lo largo del tiempo y servirá como indicador de la eficacia de los programas aplicados.

Desde una perspectiva formativa, este proyecto promueve el desarrollo integral del niño y adolescente, al fomentar la adquisición de habilidades motrices que trascienden el ámbito deportivo. La coordinación, el equilibrio, la orientación y el ritmo no solo influyen en la ejecución técnica del fútbol, sino también en la confianza, la disciplina, la concentración y la capacidad de trabajo en equipo. Por tanto, valorar y mejorar estas capacidades favorece el crecimiento personal y social de los jóvenes, fortaleciendo su sentido de pertenencia y su compromiso con la práctica deportiva.

A nivel institucional, esta propuesta permitirá a la escuela “Super 11” contar con una base diagnóstica para mejorar su planificación anual y consolidar su papel dentro de la comunidad de Los Bajos como un espacio de formación deportiva estructurada y de impacto positivo. Asimismo,

servirá como referencia para otros proyectos de desarrollo físico-motriz en el ámbito local, reforzando el vínculo entre la educación, el deporte y la salud. En suma, la investigación justifica su pertinencia por su aporte al progreso técnico, humano y organizativo de la escuela y de su comunidad.

Objetivos

Objetivo general

- Valorar las capacidades coordinativas de los jugadores de la escuela de fútbol “Super 11” de la comunidad.

Objetivos específicos

- Diagnosticar el nivel actual de desarrollo de las principales capacidades coordinativas (equilibrio, orientación espacial, ritmo, diferenciación y reacción motriz) en los jugadores de la escuela de fútbol “Super 11”.
- Analizar la relación entre el nivel de las capacidades coordinativas y el desempeño técnico de los jugadores en los fundamentos básicos del fútbol, como el control, el pase y la conducción del balón.
- Proponer estrategias metodológicas de entrenamiento que contribuyan a mejorar las capacidades coordinativas de los jugadores, fortaleciendo su rendimiento técnico y su desarrollo integral dentro del proceso formativo.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1. Capacidades coordinativas

1.1 Definición

Las capacidades coordinativas constituyen un pilar indispensable en la formación motriz de los deportistas, especialmente durante la etapa de iniciación deportiva. En esencia, se entiende por capacidades coordinativas el conjunto de cualidades sensomotrices reguladas por el sistema nervioso central y periférico, que permiten la ejecución precisa, organizada y eficiente de los movimientos corporales en el espacio y en el tiempo. Estas habilidades permiten no solo facilitar el control técnico de gestos deportivos, sino que además son base para aprender a moverse, adaptarse a cambios en el ambiente y mejorar el desempeño deportivo.

Diferentes tipos de marcos teóricos consideran que, las capacidades coordinativas (aisladas de otras funcionales como fuerza, velocidad o resistencia) están sujetas a procesos de regulación, control y adaptación del sistema motriz. Mientras las capacidades físicas condicionales tienen una naturaleza mayormente morfológica y energética, las coordinativas dependen de procesos directores y reguladores del sistema nervioso central y periférico. (Lorenzo Caminero, 2006) Desde esta perspectiva, el entrenamiento coordinativo debe contemplar ejercicios que estimulen la percepción, el tiempo de reacción, el ritmo, la orientación espacial, la diferenciación motriz y la adaptación a nuevas situaciones motrices. (Mejía Jervis, 2020)

Una correcta clasificación de las capacidades coordinativas permite comprender mejor su aplicación en el deporte. Según fuentes especializadas, las principales dimensiones incluyen:

diferenciación (capacidad para coordinar movimientos parciales y precisos), orientación espaciotemporal, ritmo (adaptación a secuencias de movimiento con tiempo y espacio definidos), equilibrio, reacción, anticipación, acoplamiento o sincronización motriz, readaptación o cambio de dirección. Esta clasificación es de utilidad para elaborar evaluaciones diagnósticas, establecer comparaciones entre perfiles de deportistas y programar intervenciones de tipo motor.

En cuanto a fútbol formativo, la coordinación motriz tiene una importancia muy significativa. El deporte nada más exige que el jugador esté bien físico, sino que hábilmente interactúe con el balón, el espacio y los adversarios en situaciones variables. En ese sentido, se ha evidenciado que una mayor manifestación de las capacidades coordinativas determina una mejor ejecución técnica, una mayor adaptación al juego, una mayor economía del movimiento y una menor probabilidad de compensaciones motrices que pueden generar lesiones. (Mosquera Ulcuango, 2022)

Por ejemplo, un trabajo sobre futbolistas de 12 años concluyó que las capacidades coordinativas representan una condición fundamental en deportes como el fútbol y que su entrenamiento fomentaba la eficiencia del movimiento, la adaptación al entorno y la creatividad motriz. (Rosero Duque, Vásconez Rubio, & Rosero Soria, 2022)

Desde el enfoque del fútbol base, el desarrollo de las capacidades coordinativas en edades tempranas es crítico, ya que el sistema nervioso y músculo articular se encuentran en fase de alta plasticidad. Esto significa que la introducción de estímulos coordinativos adecuados puede producir adaptaciones motrices relevantes, estableciendo una base sólida para el aprendizaje técnico-táctico posterior. En un estudio realizado con niños de 8 a 10 años, los autores señalaron

que la progresión de las capacidades coordinativas fue esencial para su crecimiento motriz y rendimiento en fútbol. (López , García, & Pariguaman, 2024)

La coordinación motriz en el fútbol formativo también puede entenderse como un facilitador de la calidad del gesto deportivo. Movimientos como el control del balón, el pase, el dribbling, los cambios de dirección y las recepciones, requieren no sólo de técnica sino de un soporte motriz eficiente que permita reducir el tiempo de reacción, optimizar desplazamientos, anticipar acciones y gestionar la integración corporal en espacios reducidos. Tal como se ha puntualizado, la coordinación motriz se centra en la necesidad de desarrollar de mejor manera esta capacidad» en fútbol formativo.

Considerando el entrenamiento desde su aplicación, la coordinación otorga diversas ventajas concretas. En primer lugar, incrementa la exactitud del movimiento, en segundo lugar, estimula la economía y fluidez motriz, en tercer lugar, permite una mejor adaptación a estímulos impredecibles propios del juego de fútbol y por último ayuda a la prevención de lesiones. Por ejemplo, ejercicios de coordinación con balón y sin balón se han evidenciado mejoras significativas en fundamentos técnicos cuando son aplicados sistemáticamente.

En el ámbito comunitario y escolar de formación deportiva, como en la cual se da la presente investigación, la escuela de futbol Super 11 de la comunidad Los Bajos, la evaluación de las habilidades coordinativas toma una doble dimensión. Diagnóstica porque sirve para determinar un nivel de inicio a partir del que se puede conocer en qué punto se encuentran las capacidades motoras y que fortalezas y debilidades tienen, y formativa porque orienta el diseño de intervenciones específicas que potencien el aprendizaje técnico y motriz y la eficacia del

entrenamiento deportivo. Esta dualidad es relevante en particular para comunidades donde los recursos son limitados y la maximización del esfuerzo formativo es fundamental.

Asimismo, desde el punto de vista del aprendizaje motor, las capacidades coordinativas son interpretadas como facilitadoras de la transferencia motriz entre ámbitos. Un jugador con buen equilibrio, orientación espacial y ritmo corporal tiene más fácil adaptación a nuevos ejercicios, gestos técnicos y contextos de juego, lo que le facilita la progresión en su entrenamiento. Este concepto de transferencia es fundamental en las edades de iniciación, ya que se pretende que los niños adquieran una inteligencia motriz que les posibilite avanzar con más firmeza.

Para poder evaluar eficazmente en el deporte base, se deberían plantear instrumentos que valorasen distintas dimensiones coordinativas (equilibrio, orientación, ritmo, diferenciación, reacción) de forma adaptada a la edad, al nivel de formación y al deporte en cuestión. Dicha evaluación servirá para medir no sólo la situación, sino también los objetivos y para llevar a cabo un seguimiento longitudinal. En estudios se ha mostrado que los futbolistas que mejoran sus capacidades coordinativas, también mejoran en gestos técnicos específicos tales como pase, tiro o dribbling. (Mosquera Ulcuango, 2022)

Cabe señalar que la ejecución de las sesiones de entrenamiento coordinativo, deben seguir una planificación evolutiva, integrando ejercicios de carácter general y específico y deberá ser pensada como un eje del proceso de enseñanza aprendizaje técnico táctico en el fútbol. De este modo, la escuela Super 11 podrá fijar un modelo de intervención que refuerce el aparato motriz de sus jugadores antes de entrarle con alto volumen técnico-táctico, garantizando un avance eficaz, seguro y duradero.

1.2 Actividad física y deporte formativo

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que resulta en un gasto energético por encima de los niveles de reposo, e incluye acciones tan diversas como caminar, jugar, realizar ejercicios o practicar deportes. Aunque es un concepto sencillo en apariencia, tiene un gran impacto en el desarrollo del ser humano, pues influye en la promoción de la salud física, mental y social de éste en todas las fases de su vida. La actividad física, al ser integrada de manera sistemática y consciente, se convierte en una herramienta educativa y de formación completa, primordialmente en la niñez y juventud, etapas sensibles para el desarrollo motor y psicosocial. (Bennasar García, Rosario Pérez, & Gutiérrez Valerio , 2025)

Relacionada con la actividad física, pero con una finalidad más estructurada, la Educación Física y el deporte formativo constituyen disciplinas pedagógicas que trascienden la dimensión meramente física y se convierten en espacios educativos para la adquisición de habilidades, valores, actitudes y estilos de vida saludables. Autores como García, Rosario-Pérez y Gutiérrez-Valerio sostienen que la Educación Física y el deporte son agentes socioculturales que no solo promueven la salud física, sino que también favorecen la cohesión social, la identidad colectiva, la responsabilidad y la solidaridad entre los participantes. Desde esta perspectiva, el deporte formativo pasa a ser un contexto educativo legítimo que contribuye al bienestar individual y colectivo. (Bennasar García, Rosario Pérez, & Gutiérrez Valerio , 2025)

El deporte formativo, especialmente en edades tempranas, se fundamenta en principios pedagógicos que consideran al ser humano como un ser integral en desarrollo, donde el movimiento, la interacción social y el aprendizaje técnico motor se vinculan con procesos cognitivos, emocionales y sociales. Al respecto, no sólo es el ejercicio físico ni el practicar aislado deporte, sino que también interviene en la construcción de determinados modelos de

comportamiento, compromiso, trabajo en equipo y auto confianza que impactan en el día a día y en la trayectoria escolar de los sujetos. Esta concepción global del deporte de formación responde a una visión actualizada de la educación física integrada en el currículo del centro escolar y comunitario como elemento imprescindible. (Escudero Sanz, 2009)

En el contexto formativo, la práctica deportiva regular durante la niñez y la adolescencia tiene efectos positivos en la prevención del sedentarismo, una de las principales amenazas para la salud pública moderna. La integración de actividades físico deportivas como un componente estructurado de la formación ayuda a contrarrestar diversos riesgos asociados al estilo de vida sedentario, incluyendo la obesidad, problemas cardiovasculares y trastornos psicomotores. Así, la actividad física dentro del deporte formativo se convierte en una herramienta preventiva que favorece la adopción de hábitos saludables desde edades tempranas. (Rodríguez Torres, y otros)

En este sentido, la práctica sistemática de deporte formativo contribuye al desarrollo motor global, pues combina la adquisición de capacidades físicas básicas como fuerza, resistencia y velocidad con el perfeccionamiento de habilidades motrices más complejas, tales como coordinación, equilibrio y ritmo. Esas destrezas motrices finas y gruesas son necesarias para participar con éxito en una amplia gama de actividades deportivas y de la vida diaria, y su desarrollo apropiado en la niñez establece el fundamento para un mejor aprendizaje técnico en disciplinas concretas como por ejemplo, el fútbol.

Concretamente, el fútbol como deporte formativo constituye un contexto en el que se puede promover la actividad física de forma sistemática y con sentido entre niños y adolescentes. La realización del fútbol es una actividad física que implica al menos dos aspectos, trabajar al máximo y utilizar procesos cognitivos, debido a que es necesario tomar decisión, interactuar con otros

jugadores y realizar técnica en un contexto competitivo. Tanto es así, que el deporte formativo no solo favorece el desarrollo de las habilidades motrices y psicológicas, sino que también potencia la capacidad de adaptación, cooperación y resiliencia, cualidades que trascienden el terreno de juego y que son aplicables en la vida personal y educativa. (Bernate, 2021)

Adicionalmente, la incorporación de deporte formativo en ámbitos educativos y comunitarios promueve la inclusión social y el sentido de pertenencia, ya que brinda oportunidades para que los niños, sin importar sus características individuales, interactúen en espacios colectivos de aprendizaje físico. Esta dimensión social del deporte formativo es especialmente valiosa en contextos vulnerables, donde las prácticas deportivas comunitarias pueden convertirse en vehículos de integración y desarrollo social sostenible.

1.3 El fútbol como medio de desarrollo integral

El fútbol se ha consolidado en la actualidad como la actividad deportiva con mayor número de practicantes en el mundo, y en América Latina ello se traduce a un significado cultural, recreativo y social particularmente fuerte. La popularidad no solo se basa en la diversión y entretenimiento, sino que también posee procesos que permiten la formación física, cognitiva, emocional y social en los jugadores. En clave educativa, el fútbol puede ser considerado un vehículo para la formación integral, ya que no solo impulsa el desarrollo de habilidades motrices, sino que también facilita la formación en valores y la socialización en contextos grupales de aprendizaje. Esta concepción trasciende la noción tradicional del deporte como actividad competitiva para situarlo como herramienta de construcción de competencias humanas y sociales. (Cruz Molina & Luna Echeverría, 2025)

1.3.1 Dimensiones formativas del fútbol

Para comprender el fútbol como medio de desarrollo integral, es necesario reconocer sus múltiples dimensiones formativas, las cuales incluyen aspectos físicos, cognitivos, sociales y afectivos. (Perlaza Estupiñán, Figueroa Tumbaco, Burgos Angulo, & Luque Campodónico, 2023)

1. Dimensión física:

Desde la dimensión física, el fútbol exige un conjunto de acciones motoras complejas que involucran resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad y, muy especialmente, capacidades coordinativas. Debido a su dinámica de juego, el fútbol plantea retos constantes en términos de control postural, desplazamientos, cambios de dirección y coordinación entre segmentos corporales, lo cual favorece el desarrollo de la motricidad general y especializada durante la infancia y adolescencia. Esta función motora es central en el desarrollo de jóvenes deportistas, ya que sienta las bases de competencias físicas que trascienden el deporte y contribuyen al bienestar físico integral.

2. Dimensión cognitiva:

El fútbol es un deporte de decisiones, debido a que durante el desarrollo del ejercicio, los jugadores tienen que mirar hacia el entorno, predecir acciones del rival y del compañero, decidir entre varias respuestas motrices y modificar su propio motor en tiempo real. Esta toma de decisiones conlleva que se activen procesos ejecutivos como la atención selectiva, la memoria de trabajo, la planificación o la inhibición de respuestas automáticas, lo que promueve el desarrollo de habilidades cognitivas además de aplicables en el ámbito académico y en la vida cotidiana.

3. Dimensión social:

La práctica del fútbol promueve la interacción social, la comunicación efectiva, el respeto por normas y la cooperación para alcanzar objetivos compartidos. La articulación de roles dentro de un equipo de fútbol enseña a los participantes a coordinar acciones con otros, tolerar dificultades, negociar significados y asumir responsabilidades colectivas. En contextos comunitarios, estas experiencias sociales favorecen la creación de redes de apoyo, la cohesión social y la generación de sentido de pertenencia, lo cual es especialmente valioso para la inclusión de niños y adolescentes en entornos vulnerables.

4. Dimensión emocional:

El fútbol también es un espacio para la regulación emocional. La práctica deportiva implica experimentar éxito, frustración, esfuerzo, resiliencia, motivación y autocontrol. La potenciación de estas competencias emocionales en el ámbito deportivo aporta a la educación del deportista como nación, dado que las enseñanzas derivadas pueden trasladarse a distintas situaciones cotidianas, tales como en el colegio, el hogar y las relaciones interpersonales.

1.3.2 El fútbol formativo y la educación integral

Cuando hablamos de fútbol formativo, nos estamos refiriendo a la práctica organizada que va dirigida a los niños y adolescentes con el propósito de desarrollar sus habilidades deportivas, promover la actividad física y estructurar procesos de enseñanza y aprendizaje que van a fortalecer aspectos técnicos como éticos y sociales. En esta perspectiva, el entrenador asume un rol similar al del educador, guiando a los participantes no solo en la adquisición de habilidades técnicas, sino también en la construcción de valores como la disciplina, el respeto, la responsabilidad y el trabajo en equipo. (Perlaza Estupiñán, Figueroa Tumbaco, Burgos Angulo, & Luque Campodónico, 2023)

Este enfoque pedagógico se basa en la idea de que la educación a través del deporte no se limita a la ejecución eficiente de gestos técnicos, sino que incorpora el desarrollo de competencias cognitivas y sociales, haciendo del fútbol una práctica formativa completa. Además, el fútbol formativo se articula con los objetivos de salud pública al promover hábitos de vida activos en edades tempranas, contribuyendo a la prevención del sedentarismo y de enfermedades asociadas a estilos de vida inactivos.

1.3.3 Clasificación de funciones del fútbol como medio educativo

Para organizar teóricamente el papel formativo del fútbol, se puede clasificar su influencia educativa en tres grandes funciones:

a) Función motriz: Implica el desarrollo de capacidades físicas y motrices básicas y específicas, tales como resistencia, velocidad, fuerza, coordinación y equilibrio. Si se llega a mejorar esta función esto permitirá fortalecer la ejecución técnica y contribuir a un desarrollo motor global en el participante.

b) Función cognitiva: Esta función se relaciona con el desarrollo de procesos mentales tales como la atención, toma de decisiones, la planificación estratégica y la anticipación de acciones en situaciones de juego.

c) Función socioafectiva: Aquí se puede incluir la internalización de valores éticos, habilidades comunicativas, gestión emocional y la construcción de relaciones sociales saludables en contextos de equipo y competencia.

Toda la integración de estas funciones permite comprender al fútbol no solo como una práctica deportiva, sino como un sistema educativo que está contextualizado, que articula el desarrollo físico, cognitivo y social en un espacio coherente y significativo para los participantes.

1.3.4 Impacto del fútbol en la formación de habilidades motrices

Las destrezas motrices que se adquieren jugando al fútbol son fundamentales para la formación, ya que son la base para que se puedan realizar con soltura gestos técnicos como el control del balón, el pase, recepción y desmarques. Estas habilidades no solo se aprenden por repetición mecánica, sino que requieren la integración de percepciones sensoriales, anticipaciones, ajustes posturales y coordinación segmentaria, lo cual implica el fortalecimiento de las capacidades coordinativas. (Villalba Gutiérrez, Guerra Castellanos, Luciano Alipio, & Arosemena Castilla, 2024)

De esta forma, el fútbol se erige como un contexto privilegiado para la valoración y desarrollo de capacidades motoras complejas, al ofrecer situaciones de juego que demandan adaptaciones constantes, análisis de estímulos variables y respuestas motrices ajustadas a condiciones dinámicas. Por ello, el fútbol base no solo potencia el desarrollo técnico del jugador, sino que también contribuye a perfeccionar habilidades motrices profundas que sustentan el aprendizaje deportivo y la salud física en general.

1.3.5 El fútbol y el entorno comunitario

En zonas rurales como las comunas de Los Bajos, donde hacer deporte tiene un sentido social particular, el fútbol es una ocasión para estar juntos, para incluir y para hacer política. La estructura barrial de las escuelas de fútbol brinda a los niños y jóvenes una posibilidad de acceso a la actividad física en condiciones de accesibilidad y en un marco de organización, fomentando así la igualdad en el acceso a la práctica deportiva y de formación. En estos lugares, jugar al fútbol

contribuye también a que los chicos permanezcan en la escuela, a disminuir la exposición a factores de riesgo y a que adquieran habilidades sociales que cimentan la red comunitaria.

1.3.6 Integración del fútbol formativo con la educación curricular

La conexión con el fútbol y la educación formal o comunitaria, hace factible que este deporte se convierta en una herramienta docente innovadora, que incrementa los aprendizajes del currículo escolar convencional. La planificación de actividades de fútbol formativo con objetivos claros y evaluables posibilita la articulación de contenidos motrices, cognitivos y sociales con los propósitos educativos institucionales, consolidando la formación integral de los estudiantes y su vinculación con proyectos de vida saludables.

1.4 Capacidades motrices

Las capacidades motrices son las que marcan la calidad y la eficiencia del movimiento humano y tienen una especial importancia en los ámbitos de la educación física y el deporte. Estas capacidades son la base funcional sobre la que se asienta la adquisición de habilidades deportivas más complejas. En líneas generales, se puede decir que las capacidades motoras permiten a una persona realizar actividades, coordinar movimientos de distintas partes del cuerpo y responder a las exigencias del ambiente físico o social. Comprender estas capacidades es fundamental para diseñar procesos de enseñanza y aprendizaje motriz, así como para valorar y mejorar el rendimiento en disciplinas específicas como el fútbol. (Cadierno Matos, 2023)

Desde una perspectiva pedagógica, las capacidades motrices se conciben como componentes de la aptitud física motriz, entendida como el conjunto de cualidades físicas que permiten un movimiento eficiente, coordinado y ajustado a la intencionalidad del individuo. Este enfoque integral reconoce que las capacidades motrices no solo dependen de aspectos fisiológicos,

sino que también involucran procesos sensoriales, cognitivos y de percepción que permiten interpretar estímulos ambientales y generar respuestas motoras adecuadas.

1.4.1 Clasificación de las capacidades motrices

Las habilidades motrices se clasifican en la literatura especializada en dos grandes grupos que son las habilidades condicionales y habilidades coordinativas. Esta clasificación es ampliamente utilizada en el ámbito de la formación deportiva y es esencial para comprender cómo se estructuran los componentes del rendimiento motor. (Cadierno Matos, 2023)

a) Capacidades condicionales

Las capacidades condicionales se refieren a aspectos relacionados con la energía y la fuerza, los cuales determinan la capacidad del organismo para sostener un esfuerzo físico.

Incluyen:

- **Fuerza:** Hace referencia a la capacidad de ejercer tensión muscular contra una resistencia.
- **Resistencia:** Se define como la capacidad de mantener un esfuerzo durante un periodo prolongado.
- **Velocidad:** Es la capacidad de realizar movimientos en el menor tiempo posible.
- **Flexibilidad:** Hace referencia a la capacidad de mover articulaciones con amplitud y sin restricciones.

Estas capacidades son cuantificables y pueden evaluarse mediante pruebas específicas, y aunque son relevantes en el rendimiento deportivo, su desarrollo en edades formativas debe ser progresivo y adaptado a las características fisiológicas de los niños y adolescentes.

b) Capacidades coordinativas

Las habilidades coordinativas están vinculadas directamente con la eficacia del movimiento y de la información sensorial que elabora con la respuesta motora. Su desarrollo nos permite realizar patrones de movimiento complejos con precisión, economía y adaptabilidad. Estas habilidades resultan especialmente importantes en aquellos deportes en los que el deportista debe adaptarse prácticamente todo el tiempo a estímulos variables, por ejemplo, el fútbol. En el presente estudio las habilidades coordinativas se encuentran como objetivo principal de evaluación, debido a que una buena evolución a nivel coordinativo favorece el aprendizaje técnico así como también la adaptación motriz en situaciones de juego real.

1.4.2 Importancia de las capacidades motrices

Las competencias motrices son fundamentales para el rendimiento físico en general y actúan como habilidades facilitadoras de destrezas más complejas como las que se requieren en el fútbol: control del balón, cambios de dirección, equilibrio dinámico, pase, recepción y realización técnica adaptada al entorno del juego. Dentro de estos, el desarrollo equilibrado de las capacidades motrices contribuye a la estabilización de patrones de movimiento eficaces, a la prevención de lesiones y al mejoramiento del bienestar. (Luyo Auccatoma, 2024)

Desde el punto de vista neuromuscular, las capacidades motrices se sustentan en la interacción entre el sistema nervioso central, el sistema musculoesquelético y los sistemas sensoriales. Esta interacción permite que el individuo perciba estímulos, genere respuestas motoras coordinadas y ajuste los movimientos según las exigencias del entorno. Por lo tanto, un programa de formación física y deportiva bien estructurado debe considerar la valoración y el desarrollo de estas capacidades como parte de un proceso integral. (Bennasar G, Romero, & Durán, 2023)

1.4.3 Desarrollo de las capacidades motrices en edades formativas

El desarrollo de las capacidades motrices en niños y adolescentes presenta características particulares, debido a los procesos de maduración del sistema nervioso y al crecimiento físico. Durante la infancia, el sistema neuromuscular se encuentra en fase de alta plasticidad, lo que significa que la exposición temprana a estímulos diversos y desafiantes puede potenciar la consolidación de patrones motrices eficientes. Esta plasticidad neuromotora favorece la adquisición de habilidades coordinativas y condicionales cuando las actividades físicas se planifican de forma adecuada a la edad y nivel de los participantes. (Bennasar García, Rosario Pérez, & Gutiérrez Valerio , 2025)

En edades tempranas, la prioridad del entrenamiento no debe centrarse exclusivamente en el volumen o la intensidad del esfuerzo, sino en la calidad de los movimientos y la exploración motriz. Los programas de iniciación deportiva y formación motriz, como los desarrollados en escuelas de fútbol, deben incluir actividades que fomenten la variabilidad, la adaptación a diferentes estímulos y la ejecución simultánea de múltiples habilidades motoras, para motivar a que el niño sea versátil desde el punto de vista motriz.

1.4.4 Integración de capacidades motrices en la formación futbolística

El fútbol, en calidad de deporte colectivo de alta exigencia sensomotriz, demanda que sus practicantes posean un desarrollo armónico entre las capacidades coordinativas y condicionales. No obstante, en edades de formación entre las dos sex edades, se insiste en la priorización de las capacidades coordinativas desde los objetivos educativos, ya que éstas son la base para establecer habilidades técnicas estables y adaptativas. (Rodriguez Mantilla, 2021) Como por ejemplo, el control del balón, no solo se requiere fuerza o velocidad (capacidades condicionales), sino también

es necesario tener la habilidad de combinar la percepción visual y táctica con el movimiento del cuerpo (una forma avanzada de coordinación).

Las sesiones de entrenamiento para niños y adolescentes deben ser planificadas con progresiones pedagógicas que permitan la consolidación de capacidades motrices en aprendizajes significativos. Esto conlleva la planificación de tareas en las que los participantes tengan que solucionar problemas motores reales, enfrentarse a distintos estímulos y coordinar sus respuestas motoras eficientemente.

La medición de la capacidad motriz se efectúa a partir de test estandarizados que posibilitan cuantificar sus diferentes componentes en función de parámetros tanto cualitativos como cuantitativos. Por ejemplo, evaluaciones de carrera de velocidad, saltos, flexibilidad, resistencia, además de tests de coordinación que contienen tareas específicas de equilibrio, ritmo, orientación y reacción motriz. Esta valoración no solo aporta un diagnóstico del nivel motriz de los participantes, sino que orienta la planificación del entrenamiento y ofrece la posibilidad de realizar seguimiento de los avances en el tiempo. (Oposinet, 2024)

1.5 Clasificación de las capacidades coordinativas

Las capacidades coordinativas constituyen una categoría esencial dentro de las capacidades motrices, ya que permiten al individuo integrar información sensorial con respuestas motoras eficientes en contextos dinámicos. A diferencia de las capacidades condicionales, que dependen predominantemente de factores energéticos como la fuerza, la velocidad o la resistencia, las capacidades coordinativas se sustentan en procesos de control, regulación, percepción y adaptación, lo cual es particularmente relevante en disciplinas deportivas donde el entorno cambia constantemente, tal como ocurre en el fútbol. (Basile, 2016)

La literatura especializada propone diversas categorías para clasificar las capacidades coordinativas, en función de los procesos sensomotrices que involucran. Aunque existen múltiples enfoques de clasificación, todos convergen en reconocer dimensiones que permiten organizar y comprender las manifestaciones de la coordinación motriz en situaciones de aprendizaje y rendimiento. (Carrillo Silva & Quintanilla Ayala, 2021) Las principales categorías, ampliamente aceptadas en la investigación y en la pedagogía del entrenamiento, se presentan a continuación:

1.5.1 Equilibrio

El equilibrio se define como la capacidad para mantener la estabilidad del cuerpo, ya sea en posición estática o durante desplazamientos y cambios de dirección. Esta habilidad conlleva la coordinación de los sistemas sensoriales (visual, vestibular y propioceptivo) con los sistemas musculares involucrados en la postura. Un correcto equilibrio motriz facilita la realización de movimientos precisos sin pérdida de estabilidad.

Se ha destacado la importancia de la estabilidad postural en el deporte como base para la realización técnica en saltos, giros, conducción del balón y recepción entre otros, y que es fundamental en el deporte. De hecho, existen estudios de educación física que postulan que el equilibrio ayuda a realizar eficientemente los movimientos corporales y a disminuir la posibilidad de cometer errores posturales al realizar los mismos.

1.5.2 Orientación

La orientación es la noción de saber dónde se encuentra el cuerpo en el espacio y espacio relacionado con objetos, personas y percepción de movimiento a través del espacio. Esto es un proceso de integración multisensorial de información visual, auditiva y propioceptiva para la corrección de la trayectoria en volumen. La orientación es fundamental en baloncesto, en el que

los jugadores tienen que saber rápidamente dónde se encuentran sus compañeros, adversarios y el balón, y moverse en consecuencia. Con debido a la distancia, la óptima orientación motriz promueve la posibilidad anticipatoria en los actos decisorios y técnicos y, además, hace posible que la ejecución técnica mejor se adecúe al contexto competitivo, según la literatura de entrenamiento deportivo.

1.5.3 Ritmo

La capacidad rítmica es la habilidad para regular la velocidad o frecuencia de movimientos en función de patrones temporales internos o externos. Esta capacidad coordinativa permite sincronizar movimientos, establecer secuencias motrices continuadas y adecuar el ritmo corporal a las demandas ambientales. En el fútbol, el ritmo está presente en acciones como recepciones y conducciones del balón, gestos de pase y lanzamiento, o la sincronización con los compañeros en jugadas dinámicas. La educación física ha revelado que la práctica del ritmo contribuye no solamente a una mayor eficacia técnica sino también a la fluidez y economía del movimiento en tareas complejas

1.5.4 Diferenciación motriz

La diferenciación consiste en la adaptación de la fuerza y amplitud de los movimientos a las exigencias de una tarea concreta, sin que la ejecución se vea afectada en precisión. Esta capacidad requiere de una fineza de percepción que permita calibrar suficientemente los gestos motores y ese contraindica hacer demasiado o insuficientemente demasiado moverse.

En la ejecución de habilidades técnicas del fútbol, la diferenciación motriz es relevante para la precisión de los pases, la posición del balón en tiros a portería, el control con diferentes partes del pie, así como la modulación de la fuerza en aceleraciones y deceleraciones.

1.5.5 Reacción

La reacción se entiende como la capacidad de responder con velocidad y eficacia a un estímulo, ya sea visual, auditivo o táctil. Esta capacidad coordinativa implica no solo rapidez de respuesta, sino también calidad del movimiento ejecutado tras la señal.

En deportes como el fútbol, la respuesta motriz es esencial en la dinámica de juego, pues los jugadores deben reaccionar rápidamente ante estímulos inesperados, tales como un pase imprevisto, una modificación en la trayectoria del adversario o una resolución del árbitro. Existe evidencia que indican que la rapidez de reacción se encuentra fuertemente relacionada con la eficiencia en las decisiones y que su entrenamiento contribuye a un mejor desempeño técnico y motriz.

1.5.6 Adaptación motriz

La coordinación motriz es la capacidad de adaptar los patrones de movimiento a condiciones nuevas o cambiantes del medio ambiente. Esta coordinativa se adapta muy bien a deportes en los cuáles no existen acciones repetitivas y son predecibles, y aquí si en el fútbol. La flexibilidad motriz en las respuestas motoras, los rápidos ajustes sensoriales y la efectividad en el control de la propia acción motriz ante la aparición de estímulos inesperados tales como desviaciones del balón, oposición de adversarios o variaciones de superficie son propiedades que comporta la adaptación motriz. Su desarrollo conduce a una mayor creatividad motriz y a una mejor actuación en situaciones de incertidumbre dentro del juego.

1.5.7 Acoplamiento o sincronización

El acoplamiento o coordinación es la capacidad de coordinar simultáneamente dos o más segmentos corporales para realizar tareas motoras complejas. Se ha descrito como la organización situacional, temporal y espacial de diversos movimientos parciales a nivel de un objetivo global de acción. En el fútbol, esto se asemeja a una carrera al cabecear el balón: todas las partes del cuerpo, incluyendo brazos, tronco y extremidades inferiores, deben coordinarse temporalmente; o en una combinación de pases, donde la coordinación espacial y temporal entre compañeros determina la efectividad del gesto técnico. Los estudios sobre coordinación motora enfatizan que el acoplamiento es necesario para lograr un movimiento eficiente y bien coordinado en tareas de alta complejidad gestual.

1.6 Desarrollo de las capacidades coordinativas en edades formativas

El desarrollo de las capacidades de coordinación en niños y adolescentes implica una progresión, con distintas fases, con una influencia muy fuerte de la maduración neurofisiológica, de la práctica motriz, del contexto y de los estímulos recibidos en los primeros años de vida. En este sentido, las edades de formación que va desde los 6 a los 15 años aproximadamente, constituyen una ventana de oportunidad para el aprendizaje, consolidación y transferencia de patrones motores complejos, ya que el sistema nervioso y las uniones sensomotrices están en un estado de alta plasticidad, permitiendo cambios significativos tras recibir estimulación variable y sistemática. (Luyo Auccatoma, 2024)

Este periodo formativo es definido por varias fases sensibles del desarrollo motor, en las cuales el organismo presenta una mayor receptividad para ciertos tipos de estímulos. La literatura pedagógica y de entrenamiento sostiene que durante la infancia temprana y media se establecen

los fundamentos coordinativos básicos, mientras que en la adolescencia estos patrones se refinan y se integran con capacidades condicionales para generar respuestas motrices más complejas y eficientes.

1.6.1 Plasticidad motriz y sensibilidad al aprendizaje

La plasticidad del movimiento es la propiedad que tiene el sistema nervioso de modificarse y establecer nuevos enlaces como resultado de experiencias de aprendizaje, repetición de una tarea e influencia de un conjunto de estímulos. El propio término disminución de la plasticidad es fisiológicamente inapropiado ya que, tal como se ha dicho, la plasticidad es máxima en la infancia y cuando se establecen los circuitos sensoriomotores y sinapsis neuronales que conforman un individuo bajo condiciones de estimulación adecuada.

Así, los niños que participan en programas estructurados de actividad física y ejercicios coordinativos tienden a mostrar una mayor eficiencia en la ejecución motriz y una mejor capacidad de adaptación a nuevas tareas motoras, en comparación con quienes experimentan una estimulación motriz insuficiente o poco variada. (Herrera Quiceno, Valencia Sánchez, García Gómez, & Echeverri Ramos, 2020)

El desarrollo coordinativo en edades formativas no es lineal, sino que se caracteriza por períodos de aceleración y consolidación que permiten la adquisición progresiva de patrones motores complejos. Los períodos sensibles para el aprendizaje de habilidades motoras constituyen ventanas de oportunidad durante las cuales la exposición a actividades desafiantes y diversificadas es particularmente ventajosa. El aprendizaje del equilibrio dinámico, el ritmo y la orientación espacial se ve potenciado cuando las actividades tienen variabilidad de estímulos y demandas motoras progresivas, lo que es crucial para deportes con dinámicas impredecibles, como el fútbol base. (Herrera Quiceno, Valencia Sánchez, García Gómez, & Echeverri Ramos, 2020)

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN

2.1 Tipo de estudio

La investigación se realizó desde un punto de vista cuantitativo, que se basó en la recolección de datos numéricos mediante la aplicación de pruebas coordinativas y registros sistemáticos. Este enfoque permite expresar los resultados en frecuencias y porcentajes, que ayudan a la interpretación objetiva del grado de desarrollo de las capacidades coordinativas de los jugadores evaluados.

En relación con su alcance, el estudio es de tipo descriptivo, puesto que tiene como finalidad describir y caracterizar el estado actual de las capacidades coordinativas de los participantes, sin manipular variables ni establecer relaciones de causalidad. La investigación descriptiva permitirá detallar cómo se manifiestan dichas capacidades dentro del contexto del fútbol formativo. De acuerdo con el tiempo de recolección de los datos, el estudio es transversal, debido a que la evaluación se realizará en un solo momento, permitiendo obtener una fotografía real del nivel coordinativo de los jugadores durante una etapa específica del proceso de formación deportiva.

2.2 Métodos teóricos

El método teórico permitirá el análisis conceptual y lógico de la información científica relacionada con las capacidades coordinativas y el deporte formativo, favoreciendo la correcta interpretación de los resultados obtenidos.

2.2.1 Método analítico

Este método permitirá descomponer el objeto de estudio en sus componentes fundamentales, analizando de manera individual cada una de las capacidades coordinativas evaluadas, tales como el equilibrio, la orientación espacial, el ritmo, la reacción y la coordinación general. El análisis facilitará comprender el comportamiento de cada capacidad dentro del proceso formativo de los jugadores.

2.2.2 Método sintético

El método sintético permitirá integrar los elementos analizados por separado, estableciendo una visión global del nivel coordinativo de los jugadores. Este proceso posibilitará interpretar los resultados obtenidos en las pruebas de manera conjunta, expresándolos posteriormente en porcentajes representativos.

2.2.3 Método inductivo deductivo

Mediante el método inductivo, se empezará a partir de los resultados particulares obtenidos en cada prueba coordinativa para establecer conclusiones generales sobre el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas del grupo evaluado. El método deductivo permitirá contrastar estos resultados con los fundamentos teóricos del entrenamiento coordinativo en el fútbol formativo.

2.3 Métodos empíricos

Los métodos empíricos permitirán la obtención directa de información a partir del contacto con la realidad investigada, garantizando la fiabilidad de los datos recopilados.

2.3.1 Observación directa y sistemática

Se realizará la observancia directa en el desarrollo de las pruebas de coordinación con la ayuda de fichas estructuradas que facilitarán anotar las actuaciones de los jugadores. Los resultados de la observación serán categorizados y expresados en porcentaje, lo que permitirá un análisis descriptivo.

2.3.2 Aplicación de pruebas coordinativas

Se emplearán tests particulares para las capacidades coordinativas, previamente seleccionados según el nivel formativo y la edad de los jugadores. Cada test podrá discriminar el rendimiento de los participantes en varios niveles y dichos resultados serán tratados y analizados únicamente en forma de porcentajes. Los datos obtenidos se anotarán en las fichas técnicas de forma ordenada, lo que facilitará la sistematización de la información y su posterior tabulación.

2.4 Métodos estadísticos

Para el tratamiento y análisis de la información se utilizarán recursos propios de la estadística descriptiva, haciendo uso solo de frecuencias absolutas, relativas y porcentajes.

El análisis estadístico facilitará:

- Determinar el porcentaje de jugadores que alcanzan determinados niveles en cada capacidad coordinativa.
- Comparar el rendimiento de los participantes entre las diferentes pruebas aplicadas.
- Presentar los resultados de forma transparente con tablas y gráficos estadísticos basándose exclusivamente en porcentajes, facilitando la interpretación clara y objetiva del nivel coordinativo de los jugadores que fueron evaluados.

2.5 Pruebas aplicadas

Las pruebas que se van a aplicar van a permitir valorar las capacidades coordinativas de los jugadores de manera funcional y acorde al contexto del fútbol formativo. Entre estas pruebas utilizadas se destacan:

- La prueba de equilibrio dinámico, en la cual se registra el porcentaje de jugadores que lograron mantener estabilidad durante el desplazamiento.
- Prueba de orientación espacial para evaluar el porcentaje de jugadores que completaron correctamente el recorrido establecido.
- Prueba de reacción motriz, midiendo el porcentaje de respuestas adecuadas ante estímulos visuales o auditivos.
- Prueba de coordinación general, valorando el porcentaje de jugadores que ejecutaron correctamente secuencias de movimientos combinados.

2.6 Población y muestra

2.6.1 Población

La población consistente en 30 jugadores de escuela de fútbol super 11 pertenecientes a la comunidad de los bajos quienes se encuentran activamente entrenando en esta institución.

2.6.2 Muestra

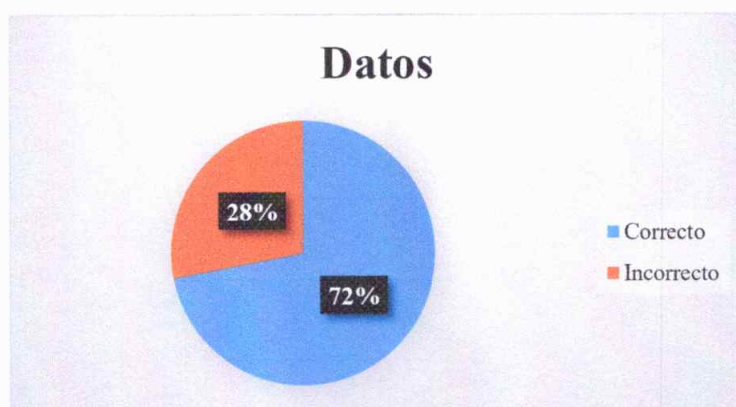
La muestra está compuesta por 30 jugadores, lo que representa el 100 % de la población, por lo que se utilizó un muestreo censal. Esta decisión permitió evaluar a todos los participantes, garantizando que los resultados porcentuales representen fielmente la realidad del grupo de estudio.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Prueba 1. Equilibrio estático con pies juntos

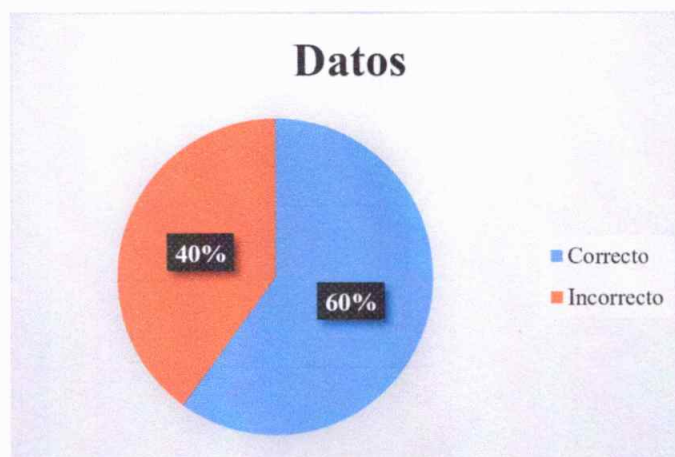
Indicador: Mantiene el equilibrio con ambos pies juntos durante 5 segundos.



En la evaluación del equilibrio estático con pies juntos, se evidencia que el 72 % de los jugadores logró ejecutar correctamente la prueba, manteniendo la estabilidad corporal durante el tiempo establecido, mientras que el 28 % no alcanzó el criterio de ejecución esperado. Estos resultados indican que, aunque la mayoría de los participantes presenta un nivel aceptable de control postural básico, existe un grupo considerable que manifiesta deficiencias en esta capacidad coordinativa fundamental. El equilibrio estático constituye una base esencial para la realización de acciones motrices más complejas dentro del fútbol formativo, como los cambios de dirección, las frenadas y los contactos con el balón. Por lo tanto, los porcentajes obtenidos sugieren la necesidad de reforzar esta capacidad mediante ejercicios específicos que favorezcan el control corporal, la estabilidad y la conciencia postural en los jugadores que presentaron dificultades.

Prueba 2. Equilibrio monopodal

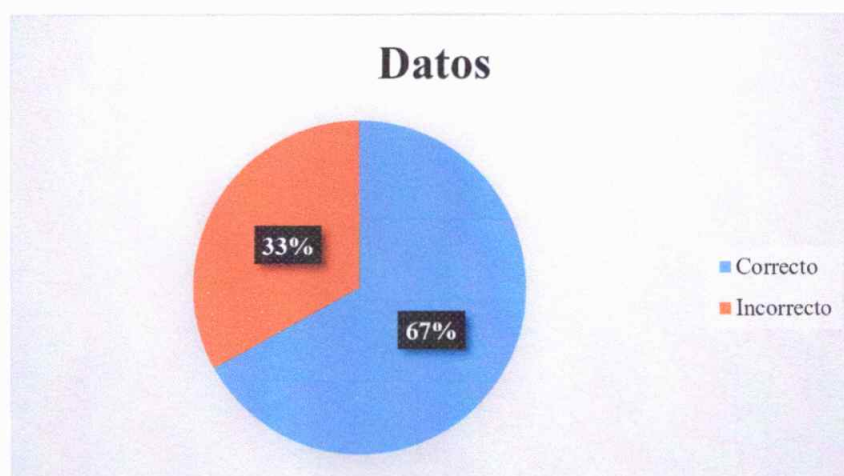
Indicador: Mantiene el equilibrio sobre un pie durante 5 segundos.



Los resultados obtenidos en la prueba de equilibrio monopodal reflejan que el 60 % de los jugadores logró mantener el equilibrio sobre un solo pie durante el tiempo indicado, mientras que el 40 % no consiguió completar correctamente la tarea. Al comparar estos datos con la prueba de equilibrio con ambos pies, se observa una disminución en el porcentaje de ejecución correcta, lo cual evidencia que el incremento del nivel de dificultad afecta el desempeño coordinativo de una parte importante del grupo. El equilibrio monopodal es una capacidad directamente relacionada con las acciones específicas del fútbol, como el golpeo del balón, los apoyos unilaterales y las recepciones en movimiento. En este sentido, los porcentajes registrados ponen de manifiesto la necesidad de incluir actividades que fortalezcan el equilibrio dinámico y unilateral dentro del proceso de entrenamiento formativo.

Prueba 3. Equilibrio en desplazamiento

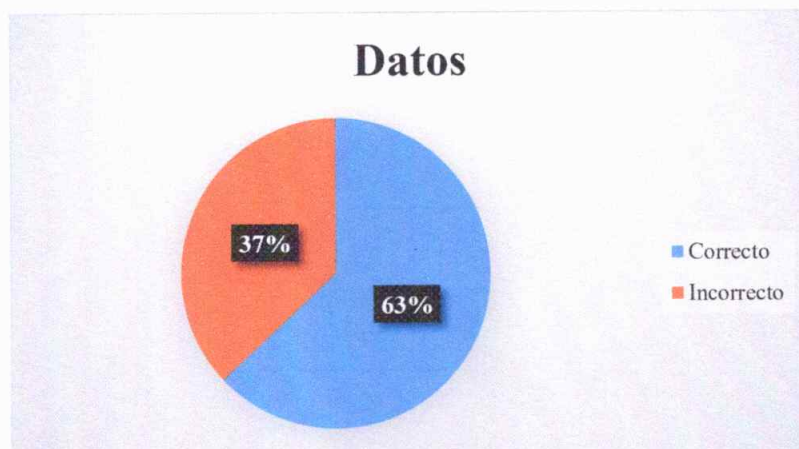
Indicador: Camina en línea recta sin perder el equilibrio.



En la prueba de equilibrio en desplazamiento, el 67 % de los jugadores logró completar el recorrido en línea recta sin perder la estabilidad corporal, mientras que el 33 % presentó dificultades durante la ejecución. Estos resultados muestran que la mayoría de los participantes posee un nivel moderado de control postural durante el movimiento, aunque aún existe un porcentaje significativo que evidencia inestabilidad al desplazarse. Esta capacidad coordinativa resulta fundamental en el fútbol formativo, ya que el juego exige desplazamientos constantes, cambios de ritmo y control corporal en situaciones dinámicas. El porcentaje de ejecuciones incorrectas sugiere que algunos jugadores aún no dominan completamente la coordinación entre equilibrio y movimiento, por lo que se considera necesario reforzar esta habilidad mediante ejercicios progresivos que integren desplazamientos controlados y estímulos variados.

Prueba 4. Orientación espacial

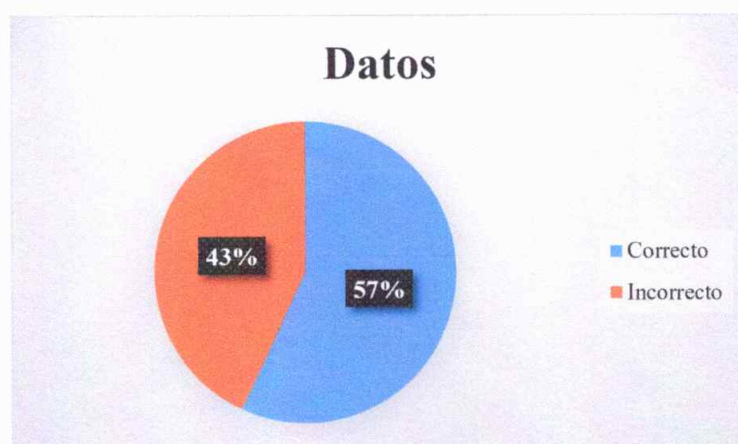
Indicador: Se desplaza correctamente hacia un punto indicado.



Los resultados de la prueba de orientación espacial evidencian que el 63 % de los jugadores logró desplazarse correctamente hacia el punto indicado, mientras que el 37 % no cumplió adecuadamente con la consigna planteada. Estos datos reflejan que, aunque más de la mitad del grupo presenta una adecuada percepción y ubicación en el espacio, una proporción considerable aún muestra dificultades para orientarse durante el movimiento. La orientación espacial es una capacidad coordinativa esencial en deportes colectivos como el fútbol, donde el jugador debe reconocer constantemente su posición, la de sus compañeros y la del balón. El porcentaje de respuestas incorrectas sugiere la necesidad de fortalecer esta capacidad a través de actividades que estimulen la percepción espacial, la toma de decisiones y la adaptación al entorno de juego.

Prueba 5. Cambio de dirección

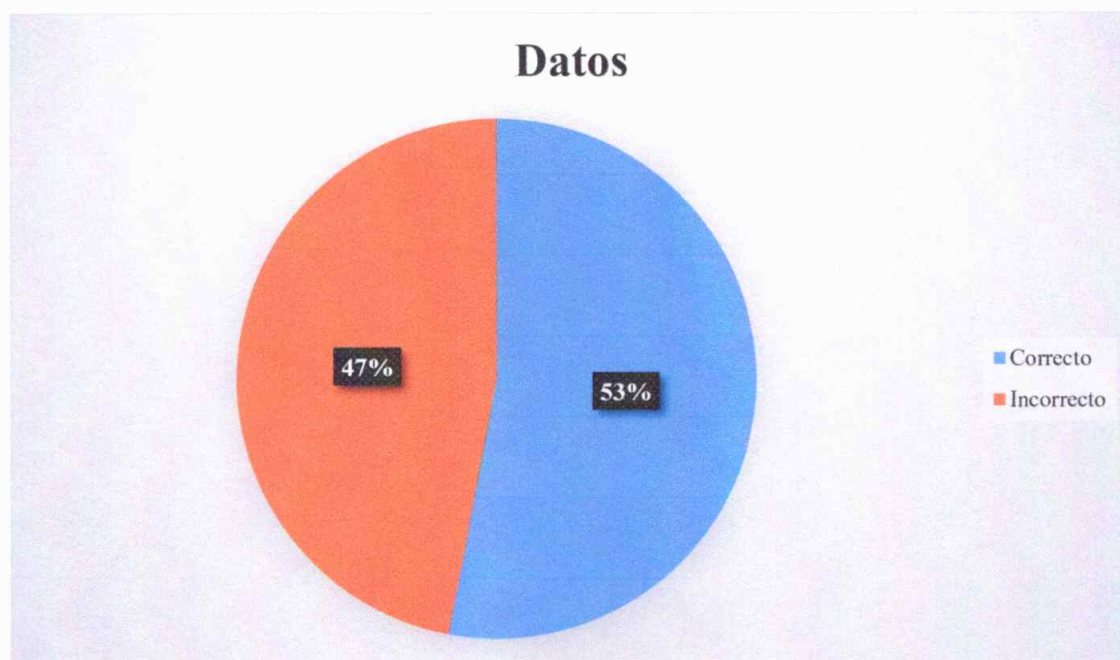
Indicador: Cambia de dirección ante una señal visual.



En la prueba de cambio de dirección ante señal visual, el 57 % de los jugadores logró ejecutar correctamente la acción solicitada, mientras que el 43 % presentó dificultades para responder de manera adecuada. Estos resultados evidencian que poco más de la mitad del grupo posee una capacidad aceptable para modificar su desplazamiento en función de un estímulo externo, sin embargo, un porcentaje significativo aún muestra limitaciones en esta habilidad. El cambio de dirección es una acción frecuente en el fútbol formativo, especialmente en situaciones de ataque y defensa. Los porcentajes obtenidos indican la necesidad de fortalecer la coordinación entre percepción visual y respuesta motriz, incorporando ejercicios que desarrollen la agilidad, la anticipación y la velocidad de reacción dentro del entrenamiento.

Prueba 6. Reacción ante estímulo visual

Indicador: Responde rápidamente ante una señal visual.

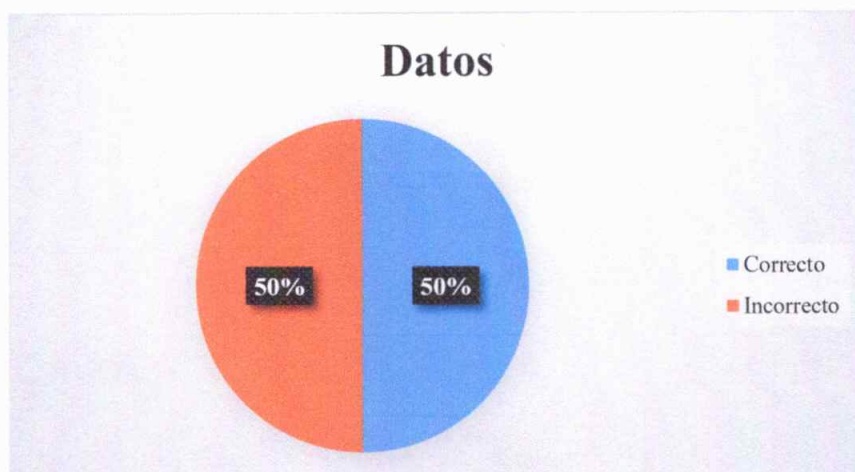


En la evaluación de la capacidad de reacción ante estímulos visuales, se observa que el 53% de los jugadores logró responder de forma adecuada, mientras que el 47% no consiguió ejecutar correctamente la acción solicitada. Estos resultados evidencian una distribución relativamente equilibrada entre ejecuciones correctas e incorrectas, lo que refleja un desarrollo heterogéneo de esta capacidad coordinativa dentro del grupo evaluado. La reacción motriz es un componente clave en el fútbol formativo, ya que permite al jugador responder oportunamente ante situaciones imprevistas del juego.

La tasa alta de respuestas incorrectas indica que un buen número de participantes tiene retrasos en la percepción y respuesta a estímulos visuales, por lo tanto se sugiere potenciar esta habilidad con sesiones progresivas que incluyan diferentes estímulos visuales y situaciones reales de partido.

Prueba 7. Reacción ante un estímulo auditivo

Indicador: Respuesta adecuada a una señal sonora.

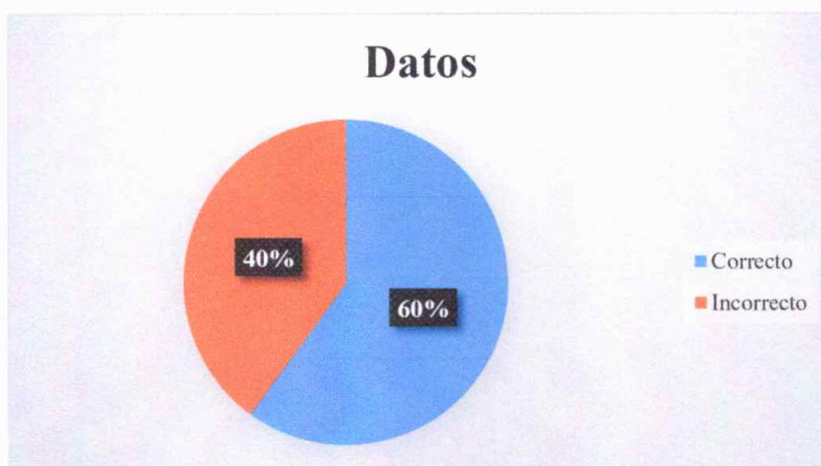


Los resultados obtenidos en la prueba de reacción ante estímulo auditivo muestran que el 50 % de los jugadores ejecutó correctamente la actividad, mientras que el 50 % restante no logró responder adecuadamente. Esta igualdad porcentual evidencia una marcada variabilidad en el desarrollo de la capacidad de reacción auditiva dentro del grupo evaluado.

En el contexto del fútbol formativo, la capacidad de responder a señales sonoras es relevante para la comprensión de consignas, indicaciones del entrenador y comunicación durante el juego. El alto porcentaje de ejecuciones incorrectas indica que esta habilidad aún no se encuentra consolidada en una parte importante de los jugadores, lo que sugiere la necesidad de implementar actividades específicas que estimulen la atención auditiva y la rapidez de respuesta motriz.

Prueba 8. Ritmo mediante palmadas

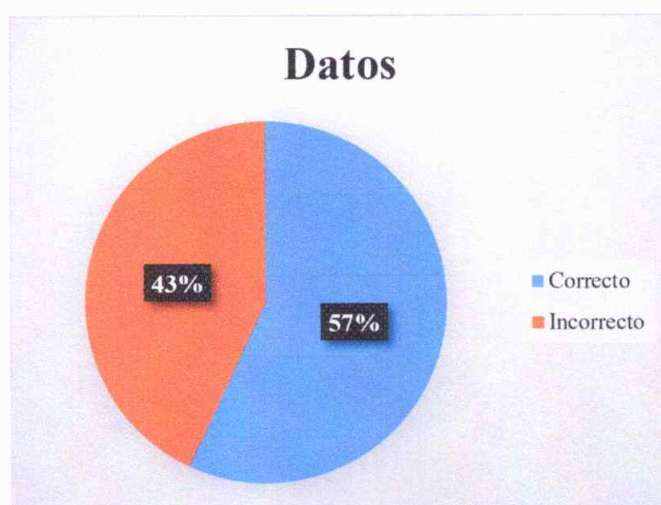
Indicador: Reproduce un ritmo marcado por el evaluador.



En la prueba de reproducción rítmica mediante palmadas, el 60 % de los jugadores logró seguir correctamente el ritmo establecido, mientras que el 40 % presentó dificultades para sincronizar sus movimientos. Estos resultados reflejan que la mayoría del grupo posee un nivel aceptable de control temporal del movimiento, aunque un porcentaje considerable aún muestra limitaciones en esta capacidad coordinativa. El ritmo es fundamental para la ejecución fluida de acciones motrices y técnicas en el fútbol formativo. Los porcentajes obtenidos evidencian la necesidad de reforzar esta capacidad mediante ejercicios que integren patrones rítmicos simples y progresivos, favoreciendo la coordinación entre percepción temporal y ejecución motriz.

Prueba 9. Coordinación óculo-pédica

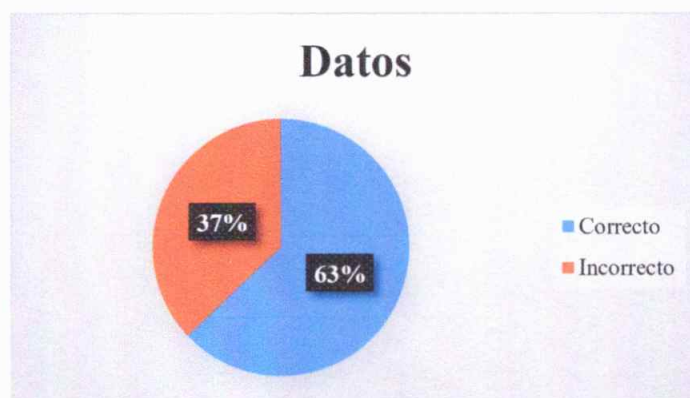
Indicador: Golpea el balón hacia un objetivo determinado.



En la evaluación de la coordinación óculo pédica, el 57 % de los jugadores logró ejecutar correctamente el golpeo del balón hacia el objetivo establecido, mientras que el 43 % no consiguió realizar la acción de manera adecuada. Estos resultados evidencian que poco más de la mitad del grupo presenta una coordinación aceptable entre la percepción visual y la ejecución motriz con los pies. Esta capacidad es esencial en el fútbol formativo, ya que interviene directamente en acciones como el pase, el control y el remate. El porcentaje de ejecuciones incorrectas sugiere la necesidad de reforzar la coordinación óculo-pédica mediante ejercicios técnicos básicos y progresivos.

Prueba 10. Coordinación óculo-manual

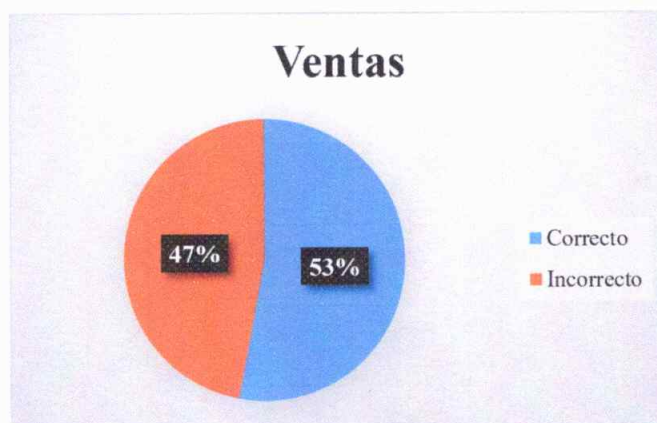
Indicador: Lanza y atrapa un balón correctamente.



Los resultados de la prueba de coordinación óculo-manual muestran que el 63 % de los jugadores logró realizar correctamente el lanzamiento y la recepción del balón, mientras que el 37 % presentó dificultades. Estos datos reflejan que la mayoría de los participantes posee una coordinación visual-manual adecuada, aunque aún existe un grupo que requiere fortalecimiento en esta habilidad. Si bien el fútbol se centra principalmente en el uso de los pies, la coordinación óculo-manual contribuye al desarrollo integral del esquema corporal y a la mejora del control motor general. Los porcentajes obtenidos sugieren la inclusión de ejercicios complementarios que favorezcan esta capacidad.

Prueba 11. Agilidad con obstáculos

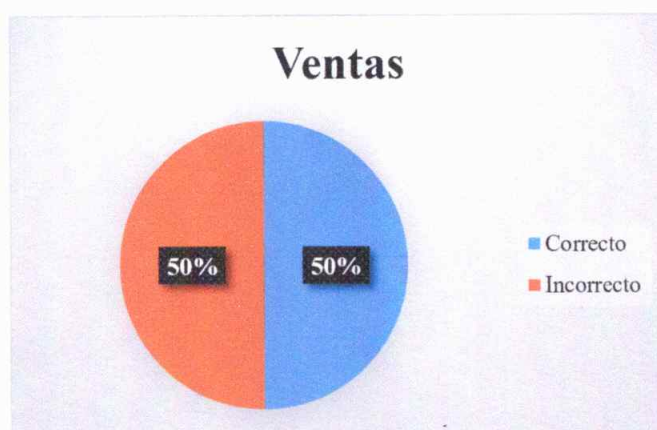
Indicador: Supera una secuencia de obstáculos sin errores.



En la prueba de agilidad con obstáculos, el 53 % de los jugadores logró completar correctamente el recorrido, mientras que el 47 % no consiguió hacerlo sin errores. Estos resultados reflejan un nivel moderado de agilidad y coordinación dinámica dentro del grupo evaluado. La agilidad es una capacidad estrechamente vinculada con la coordinación, ya que implica cambios rápidos de dirección, control corporal y adaptación al entorno. El porcentaje elevado de ejecuciones incorrectas indica la necesidad de fortalecer esta capacidad mediante ejercicios progresivos que integren desplazamientos variados y estímulos coordinativos.

Prueba 12. Diferenciación motriz

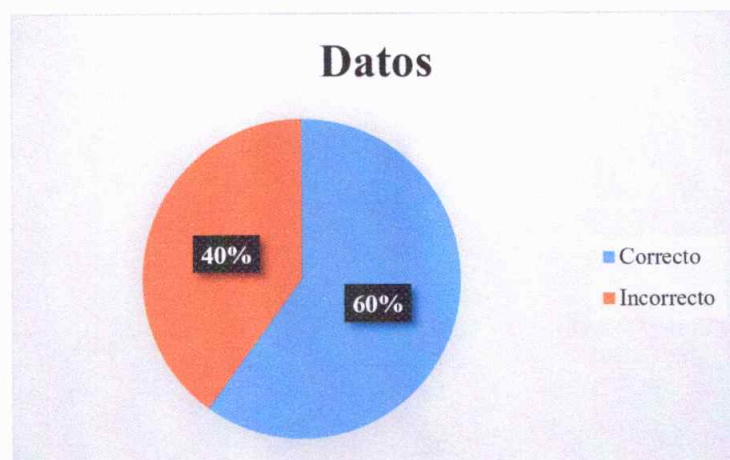
Indicador: Ajusta la fuerza y precisión del movimiento.



En la evaluación de la diferenciación motriz, los resultados muestran una distribución equitativa, con un 50 % de ejecuciones correctas y un 50 % incorrectas. Estos datos evidencian que solo la mitad de los jugadores logra ajustar adecuadamente la fuerza y precisión de sus movimientos, lo que refleja un desarrollo parcial de esta capacidad coordinativa. La diferenciación motriz es fundamental para ejecutar acciones técnicas precisas en el fútbol formativo. El porcentaje de ejecuciones incorrectas indica la necesidad de trabajar ejercicios que permitan al jugador regular la intensidad y dirección de sus movimientos.

Prueba 13. Ajuste de movimientos

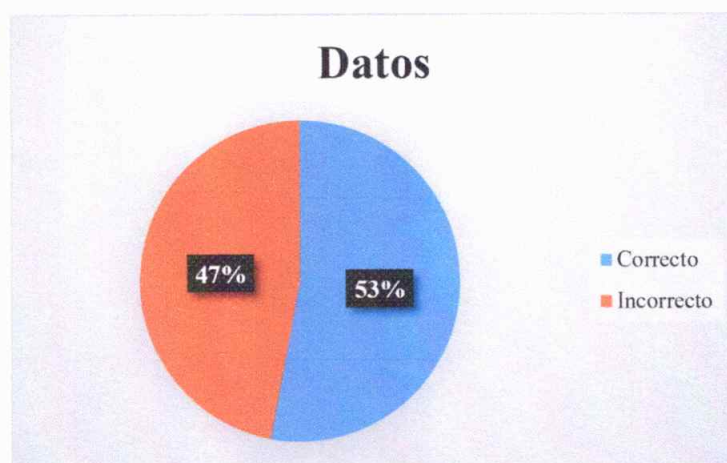
Indicador: Coordinación de los brazos y piernas durante el desplazamiento.



En la evaluación del acoplamiento de movimientos, se evidencia que el 60 % de los jugadores logró coordinar de manera adecuada el movimiento simultáneo de brazos y piernas durante el desplazamiento, mientras que el 40 % presentó dificultades en la ejecución. Estos resultados reflejan que una mayoría moderada del grupo posee un nivel aceptable de integración motriz, aunque una proporción significativa aún muestra descoordinación entre los segmentos corporales. El acoplamiento es una capacidad coordinativa esencial para el fútbol formativo, ya que interviene directamente en acciones como la carrera, el control del balón y los cambios de ritmo. El porcentaje de ejecuciones incorrectas indica la necesidad de reforzar esta capacidad mediante ejercicios que promuevan la sincronización corporal y la fluidez del movimiento.

Prueba 14. Adaptación motriz

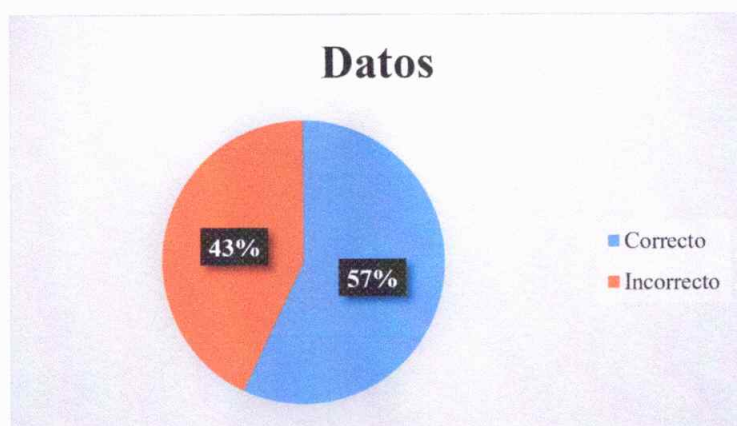
Indicador: Ajusta el movimiento ante cambios del entorno.



Los resultados de la prueba de adaptación motriz muestran que el 53 % de los jugadores logró ajustar correctamente sus movimientos ante cambios del entorno, mientras que el 47 % no consiguió adaptarse de manera eficaz. Estos datos reflejan que poco más de la mitad del grupo presenta una capacidad aceptable para modificar sus acciones motrices frente a situaciones variables. La adaptación motriz es fundamental en el fútbol formativo, donde el jugador debe responder constantemente a estímulos cambiantes como el movimiento del balón y la presencia de adversarios. El porcentaje elevado de ejecuciones incorrectas evidencia la necesidad de fortalecer esta capacidad mediante tareas que simulen situaciones reales de juego y promuevan la toma de decisiones rápidas.

Prueba 15. Orientación con balón

Indicador: Se desplaza con balón hacia un objetivo indicado.

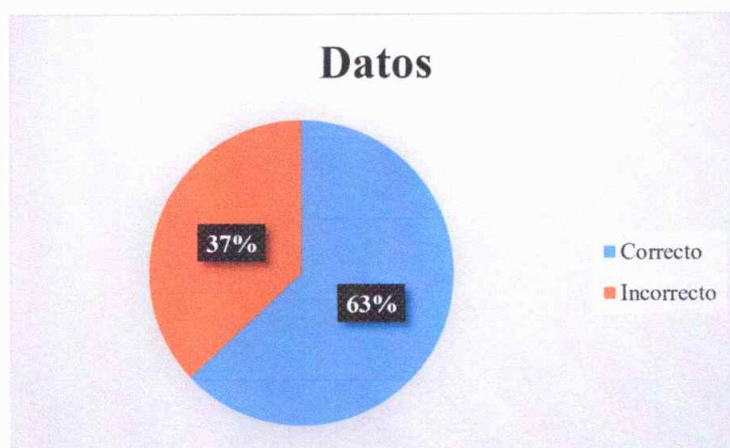


En la prueba de orientación con balón, el 57 % de los jugadores logró desplazarse correctamente hacia el objetivo indicado manteniendo el control del balón, mientras que el 43 % presentó dificultades durante la ejecución. Estos resultados evidencian que más de la mitad del grupo posee una adecuada coordinación entre percepción espacial y control técnico, aunque un porcentaje considerable aún muestra limitaciones.

La orientación con balón es una capacidad esencial en el fútbol formativo, ya que integra habilidades coordinativas y técnicas. Los datos obtenidos sugieren la necesidad de reforzar esta capacidad mediante ejercicios que combinen desplazamiento, percepción espacial y control del balón de forma progresiva.

Prueba 16. Ritmo al realizar un desplazamiento

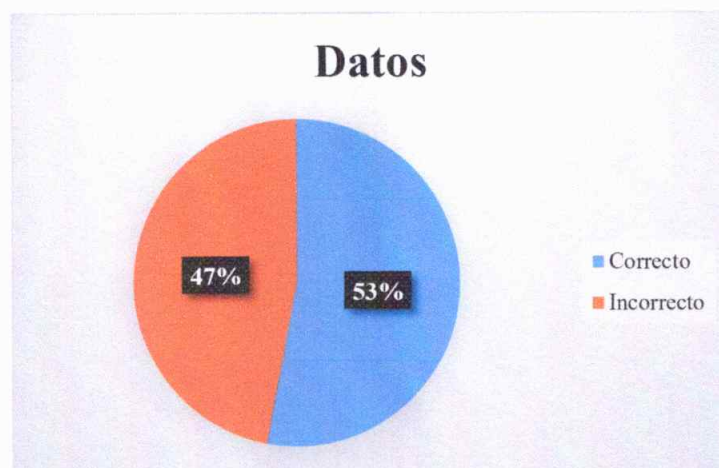
Indicador: Mantener un ritmo constante durante el desplazamiento.



Los resultados de la prueba de ritmo en desplazamiento indican que el 63 % de los jugadores logró mantener un ritmo constante durante la ejecución, mientras que el 37 % no consiguió sostener la regularidad del movimiento. Estos datos reflejan que la mayoría del grupo posee un control temporal adecuado, aunque aún existe un porcentaje significativo que presenta irregularidades en la ejecución motriz. El ritmo es una capacidad coordinativa fundamental para la fluidez del juego y la eficiencia del desplazamiento en el fútbol formativo. Los porcentajes obtenidos evidencian la importancia de reforzar esta capacidad mediante ejercicios rítmicos y tareas que promuevan la regularidad del movimiento.

Prueba 17. Coordinación general

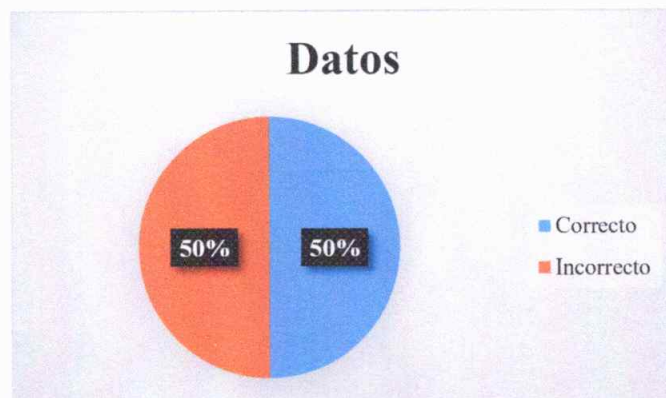
Indicador: Ejecuta una secuencia de movimientos combinados.



En la evaluación de la coordinación general, el 53 % de los jugadores logró ejecutar correctamente la secuencia de movimientos combinados, mientras que el 47 % presentó errores durante la ejecución. Estos resultados reflejan un desarrollo moderado de la coordinación global dentro del grupo evaluado. La coordinación general integra múltiples capacidades coordinativas y es esencial para el desempeño técnico y táctico en el fútbol formativo. El porcentaje elevado de ejecuciones incorrectas indica que una parte importante de los jugadores aún requiere fortalecimiento en esta área, por lo que se recomienda la aplicación de ejercicios integradores que favorezcan la ejecución fluida y precisa de movimientos complejos.

Prueba 18. Velocidad de reacción

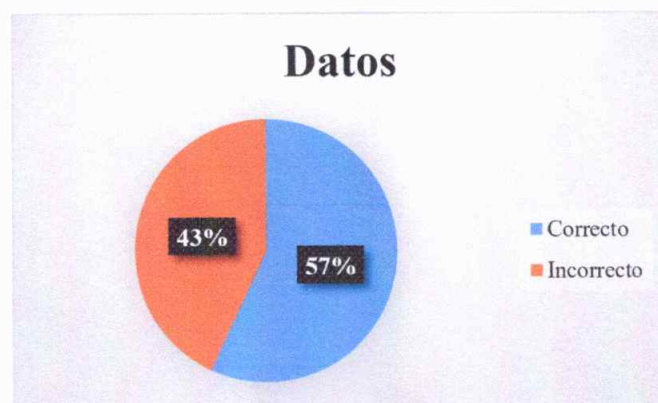
Indicador: Inicia el movimiento ante una señal.



Los resultados obtenidos en la prueba de velocidad de reacción muestran que el 50 % de los jugadores respondió adecuadamente ante la señal presentada, mientras que el 50 % no logró iniciar el movimiento de forma oportuna. Esta igualdad porcentual evidencia una marcada variabilidad en el desarrollo de la velocidad de reacción dentro del grupo evaluado. En el fútbol formativo, la capacidad de reaccionar rápidamente ante estímulos es determinante para la toma de decisiones y la eficacia en el juego. Los porcentajes obtenidos indican la necesidad de implementar ejercicios que estimulen la rapidez de respuesta y la anticipación motriz.

Prueba 19. Coordinación al ejecutar un cambio de ritmo

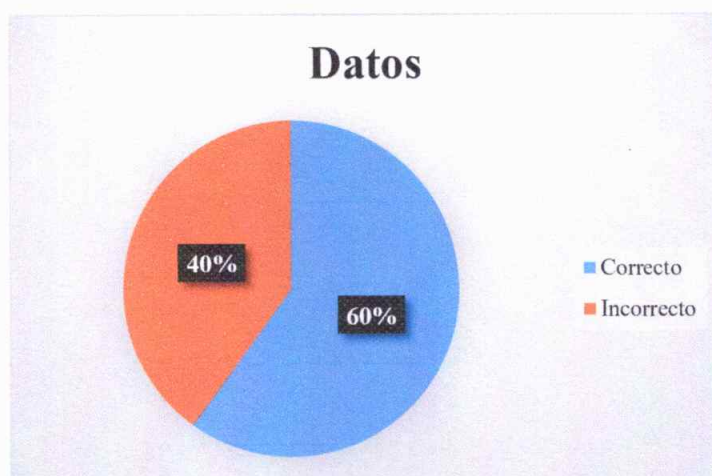
Indicador: Modificación de la velocidad del movimiento correctamente.



En la prueba de coordinación con cambio de ritmo, el 57 % de los jugadores logró modificar correctamente la velocidad de su desplazamiento, mientras que el 43 % presentó dificultades. Estos resultados reflejan que más de la mitad del grupo posee una adecuada coordinación para ajustar el ritmo del movimiento, aunque un porcentaje considerable aún presenta limitaciones. Esta capacidad es fundamental en el fútbol formativo, donde los cambios de ritmo son constantes durante el juego. Los porcentajes obtenidos sugieren la necesidad de reforzar esta capacidad mediante ejercicios específicos que integren variaciones de velocidad y control corporal.

Prueba 20. Coordinación en situación de juego

Indicador: Ejecución de acciones coordinadas en una situación simulada.



En la evaluación de la coordinación global en situación de juego, el 60 % de los jugadores logró ejecutar acciones coordinadas de manera adecuada, mientras que el 40 % presentó dificultades. Estos resultados reflejan que la mayoría del grupo posee una coordinación funcional aceptable en contextos similares al juego real, aunque aún existe un porcentaje significativo que requiere fortalecimiento. La coordinación global en situación de juego integra todas las capacidades coordinativas trabajadas previamente, por lo que los porcentajes obtenidos evidencian la importancia de una planificación metodológica orientada al desarrollo integral del jugador dentro del fútbol formativo.

Discusión de los resultados

El trabajo de investigación fue dirigido a evaluar las capacidades coordinativas de los jugadores de la escuela de fútbol Super 11 de la comunidad Los Bajos, con la aplicación de pruebas concretas cuyos resultados se analizaron por medios de frecuencias y porcentajes. El debate de los resultados facilitó una interpretación aportadora, vulnerable, en función de los objetivos específicos y los fundamentos teóricos del deporte formativo, sin determinar relaciones causales sino características del estado actual de desarrollo coordinativo del grupo evaluado.

Los resultados generales muestran que el desarrollo de las capacidades coordinativas en los jugadores no es uniforme, ya que entre las pruebas aplicadas se observaron diferencias significativas en los porcentajes obtenidos. En la mayor parte de las pruebas los porcentajes de respuestas correctas fluctuaron entre el 50 % y el 63 %, lo que refleja un desarrollo coordinativo medio predominante. Este porcentaje de comportamiento representa que los jugadores tienen un nivel aceptable de base motriz, pero siguen mostrando limitantes en la exacta y fluida ejecución de movimientos más complejos, y estas se presentan más en situaciones en que tienen que adaptarse, reaccionar rápidamente o utilizar coordinación global.

Discusión de los resultados según los objetivos específicos

Con respecto al primer objetivo específico, que pretendía diagnosticar el estado de desarrollo actual de las capacidades coordinativas, los resultados obtenidos permiten afirmar que un alto porcentaje de los jugadores tiene un nivel medio de coordinación. Las pruebas de equilibrio estático y dinámico revelaron porcentajes de aciertos mayores al 60 %, señalando que una gran cantidad de los jugadores tienen un control postural básico aceptable. No obstante, al incrementarse el grado de dificultad, en el caso del equilibrio monopodal y en desplazamientos

con cambios de dirección, los porcentajes de aciertos bajan, mostrando problemas para controlar el cuerpo de forma unilateral y para mantener la estabilidad mientras se mueve. Igualmente, las pruebas de orientación espacial y reacción evidenciaron resultados próximos al 50 %, indicando que un número considerable de jugadores tiene dificultades para situarse en el espacio eficientemente, y para replicar rápidamente a estímulos visuales y/o auditivos. Estos resultados permiten establecer que las capacidades coordinativas aún no se encuentran completamente consolidadas en el total de los jugadores, lo cual es típico de procesos formativos en etapas iniciales, en las que el desarrollo motriz aún se encuentra en construcción.

Con relación al segundo objetivo específico, que se refiere al análisis del rendimiento coordinativo en función de las acciones motrices propias del fútbol, los resultados del estudio mostraron que la coordinación tiene un efecto positivo sobre la ejecución de las habilidades técnicas básicas. Las pruebas de coordinación ocular-pédica, orientación con balón y coordinación general en contexto de juego, registraron porcentajes de ejecución correcta inferiores al 60 %, lo que refleja que si bien los jugadores consiguen realizar las tareas propuestas, todavía presentan dificultades en cuanto a la precisión, el control y la adaptación motriz en acciones similares a las del juego. Estos resultados indican que los participantes que demostraron una mayor coordinación general y capacidad para acoplar sus movimientos obtuvieron una mejor desempeño en las pruebas que involucraban desplazamiento, control del balón, y cambios de ritmo. Al contrario, aquellos jugadores que consiguieron bajos porcentajes en las pruebas de reacción, diferenciación motriz y adaptación fueron quienes demostraron una mayor dificultad para modular la fuerza, la velocidad y la dirección de sus movimientos, lo cual repercute directamente en el rendimiento técnico dentro del fútbol formativo.

Respecto al tercer objetivo específico, orientado a la obtención de información que posibilite la formulación de propuestas metodológicas de mejora, los resultados son fundamentales para planificar entrenamientos específicos para el próximo ciclo. Que en la mayoría de las pruebas los porcentajes de ejecuciones erróneas se sitúen alrededor del 37 y el 50% pone de manifiesto la necesidad de trabajar de manera sistemática las habilidades coordinativas, sobre todo las asociadas a la reacción, el ritmo, la diferenciación motriz y la capacidad para adaptarse ante cambios de escenario. Como se aprecia en los resultados, la distribución porcentual de los mismos indica que no es suficiente trabajar el desarrollo técnico de forma aislada, sino que es necesario incluir dentro del proceso de entrenamiento ejercicios coordinativos, que se ajusten al nivel real de los jugadores. El predominio de niveles medios nos indica que se nos encuentran los jugadores en un estado óptimo de capacidad para mejorarse siempre y cuando se les apliquen unos métodos pedagógicos adecuados y progresivos.

En general, podría decirse que la evaluación realizada es reveladora para poder diagnosticar y evaluar las capacidades con las que cuentan los jugadores de la escuela de fútbol Super 11 tanto en debilidades y fortalezas en el desarrollo de la coordinación motriz. Los porcentajes logrados reflejan una realidad tangible del grupo trabajado y ratifican la coordinación como pilar fundamental para el aprendizaje motor y para la ejecución del deporte en el fútbol infantil. Por último, los resultados obtenidos ponen de manifiesto la importancia de incluir la valoración de las capacidades coordinativas como un elemento básico dentro del proceso de formación, reconociendo que permiten orientar la planificación del entrenamiento, contribuir a la optimización del desarrollo motriz y a una práctica deportiva integral acorde con la individualidad y necesidad de los que son evaluados.

Conclusiones y recomendaciones

Conclusión

La evaluación de las capacidades coordinativas aplicada a un grupo de alumnos de la escuela de fútbol Super 11 de la comunidad Los Bajos, ha evidenciado que el nivel de desarrollo de los jugadores evaluados se encuentra en su mayoría en un nivel intermedio, presentando tanto puntos fuertes como débiles en el desempeño motriz general y particular para el fútbol formativo. Los resultados indican que una gran cantidad de jugadores consiguió realizar de manera correcta dichas pruebas de equilibrio, orientación y ritmo, lo cual da a entender que hay una base coordinativa establecida para el proceso de formación deportiva. No obstante, existen porcentajes considerables de respuestas fallidas en habilidades tales como reacción, diferenciación motriz, adaptación al medio y coordinación global en situación de juego, lo cual muestra que tales capacidades aún no se encuentran plenamente desarrolladas en la totalidad de los actores, y es el caso del equipo al que se le realizó la prueba. Asimismo, gracias a la valoración global efectuada también se pudo apreciar que las capacidades coordinativas del grupo, no eran homogéneamente exposición, en tal de al ser un grupo en formación donde la edad, las experiencias motoras previas así como la sistematización del entrenamiento tenían sus correlaciones.

En este sentido, los resultados obtenidos confirman que debe considerarse la coordinación motriz como un pilar básico dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje del fútbol por ser el fundamento para una adecuada ejecución de los fundamentos técnicos y para el desarrollo integral del futbolista. Por tanto, se concluye que la evaluación de las capacidades coordinativas es un recurso imprescindible para valorar el nivel actual de desarrollo motor de los jugadores, sirviendo para orientar más objetivamente la planificación de entrenamiento según las necesidades

detectadas. Así la investigación proporciona datos significativos para futuras investigaciones en escuelas de fútbol de las comunidades, debido a que fortalece el fútbol formativo de niños y joven al propiciar una formación deportiva integral y sustentable..

Recomendaciones

- Se recomienda a los entrenadores de la escuela de fútbol Super 11 incorporar de manera sistemática ejercicios específicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas dentro de las sesiones de entrenamiento, priorizando aquellas habilidades que presentaron mayores porcentajes de ejecución incorrecta, como la reacción, la adaptación motriz y la diferenciación del movimiento. La inclusión de tareas coordinativas debe realizarse de forma progresiva, respetando las características y el nivel de desarrollo de los jugadores, con el objetivo de fortalecer la base motriz necesaria para el aprendizaje técnico y táctico del fútbol formativo.
- Se sugiere realizar valoraciones periódicas de las capacidades coordinativas utilizando instrumentos similares a los aplicados en la presente investigación, con el fin de monitorear la evolución del desarrollo motriz de los jugadores. La evaluación continua permitirá identificar avances, detectar nuevas necesidades y ajustar oportunamente la planificación del entrenamiento, garantizando que los procesos formativos se fundamenten en datos objetivos y en la realidad del grupo evaluado.
- Se recomienda para futuras investigaciones ampliar el estudio a otras escuelas de fútbol o categorías formativas, con el propósito de comparar resultados y fortalecer el conocimiento sobre el desarrollo de las capacidades coordinativas en contextos comunitarios. Asimismo,

se sugiere complementar la valoración coordinativa con otros componentes del rendimiento deportivo, como la condición física y los aspectos técnicos, contribuyendo a una visión integral del proceso de formación del jugador.

Referencias

- Perlaza Estupiñán, A. A., Figueroa Tumbaco, A. G., Burgos Angulo, D. J., & Luque Campodónico, J. L. (2023). Análisis de contenidos orientados al proceso de formación de futbolistas. *Universidad, Ciencia y Tecnología. Scielo, Vol. 27*. Obtenido de <https://doi.org/10.47460/uct.v2023ispecial.700>
- Basile, J. (2016). Clasificación de las Capacidades Coordinativas. *Grupo Sobre Entrenamiento*. Obtenido de https://lien-zos.uv.mx/Uploads/resources/Dida%CC%81ctica-de-las-pra%CC%81cticas-Gimna%CC%81sticas-I-Material-Ba%CC%81sico_Joaquina-Basile_Clasificacio%CC%81n-de-las-Capacidades-Coordinativas_0e4e.pdf
- Bennasar García, M. I., Rosario Pérez, R., & Gutiérrez Valerio, C. J. (2025). Educación Física y Deporte. Agentes socioculturales de salud y transformación social. *Revista Académica Internacional de Educación Física, Vol. 5*(Núm.5), pág. 1-11.
- Bennasar García, Miguel Israel; Romero, Oniel Santiago; Durán, Ángel Luis. (2023). Obtenido de Importancia de la coordinación motriz para el desarrollo de capacidades físicas en estudiantes de primaria: <https://www.camjol.info/index.php/multiensayos/article/view/17562/21195>
- Bernate, J. (2021). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física. Scielo, Vol. 16*(Núm. 2). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200643

- Cadierno Matos, O. (2023). Clasificación y características de las capacidades motrices. *Efdeportes.com Revista Digital*(Núm. 61). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd61/capac.htm>
- Carrillo Silva, C. S., & Quintanilla Ayala, L. (2021). Influencia de las capacidades coordinativas en el gesto técnico del fútbol en jugadores Sub-10. (U. d. ESPE, Ed.) *EFD. Educación Física y Deportes*, Vol. 26(Núm. 281). doi:<https://doi.org/10.46642/efd.v26i281.3171>
- Cruz Molina, D. E., & Luna Echeverría, A. (2025). La práctica deportiva y su influencia en la integración social de adolescentes en contexto educativo de Latacunga. *RECIMUNDO*, pág. 100-114. Obtenido de <https://recimundo.com/index.php/es/article/view/2604>
- Escudero Sanz, D. (2009). La Educación Física y su influencia en la formación integral del hombre para la vida. *Efdeportes.com Revista Digital*(Núm. 131). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd131/la-educacion-fisica-y-la-formacion-integral-del-hombre.htm>
- Herrera Quiceno, B., Valencia Sánchez, W., García Gómez, D., & Echeverri Ramos, J. (2020). *Desarrollo de las capacidades coordinativas en niños: efectos de entrenamiento en el patinaje*. Retos. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF).
- López , B. P., García, D. E., & Pariguaman, T. E. (2024). Influencia del fútbol en el desarrollo de las capacidades coordinativas en niños de 8 a 10 años. *RIAF. Revista Internacional de Actividad Física*, Vol. 2(Núm. 2). doi:<https://doi.org/10.53591/riaf.v2i2.1199>
- Lorenzo Caminero, F. (2006). Marco teórico sobre la coordinación motriz. *EFD. Revista Digital*, Vol.10(Núm. 93). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd93/coord.htm>

- Lugo Cacha, W. V. (2018). Capacidades coordinativas en el aprendizaje del fútbol de los alumnos del 6to grado de primaria de la I.E.E. Santiago Antúnez de Mayolo - distrito Carabayllo 2016. *Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.14067/6332>
- Luyo Auccatoma, L. C. (2024). El desarrollo de las capacidades coordinativas en niños de primaria. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, Vol. 8(Núm. 35), pág. 2494 - 2507. doi:<https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/1773/2994>
- Mejía Jervis, T. (2020). Capacidades coordinativas: clasificación, ejemplo (educación física). *EDU. LAT. Deporte y ejercicio*. doi:<https://www.lifeder.com/capacidades-fisicas-coordinativas/>
- Mosquera Ulcuango, E. F. (2022). Importancia de las capacidades coordinativas especiales en el tiro a portería de los futbolistas sub-12. *Revista Cognosis. ISSN 2588-0578*, Vol. 7(Núm. 1). doi:<https://doi.org/10.33936/cognosis.v7i1.4535>
- Oposinet. (2024). *La evaluación de las cualidades motrices (Capacidades coordinativas). Técnicas, instrumentos y registro de los datos. Las pruebas de capacidad motriz: Usos y valor formativo*. Obtenido de <https://www.oposinet.com/temario-educacion-fisica/temario-2-educacion-fisica/tema-64-la-evaluacin-de-las-cualidades-motrices-capacidades-coordinativas-tnicas-instrumentos-y-registro-de-los-datos-las-pruebas-de-capacidad-motriz-usos-y-valor-formativo/>
- Rodriguez Mantilla, L. P. (2021). *Coordinación motriz*. Obtenido de Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle:

<https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3636a251-9083-46fc-9dca-af5dd00f8899/content>

Rodríguez Torres, Á., Rodríguez Alvear, J., Guerrero Gallardo, H., Arias Moreno, E., Paredes Alvear, A., & Chávez Vaca, V. (s.f.). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral. Scielo*, Vol. 36(Núm. 2). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000200010

Rosero Duque, M. F., Vásquez Rubio, C. O., & Rosero Soria, J. F. (2022). Publicación: El entrenamiento de las capacidades coordinativas en futbolistas de 12 años. (U. C. Física, Ed.) *REPOSITORIO INSTITUCIONAL UCE*, Vol. 19(Núm. 51). Obtenido de <https://biblat.unam.mx/en/revista/deporvida/articulo/el-entrenamiento-de-las-capacidades-coordinativas-en-futbolistas-de-12>

Villalba Gutiérrez, C. R., Guerra Castellanos, Y. B., Luciano Alipio, R. A., & Arosemena Castilla, K. R. (2024). Fundamentos técnicos del fútbol para el desarrollo motor en estudiantes de primaria. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, Vol. 10(Núm. 18). doi:DOI 10.35381/cm.v10i18.1246