



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA: EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**“METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN EL
FÚTBOL DE LA CATEGORÍA SUB 7 DEL INDEPENDIENTE SPORTING CLUB
DE MANTA”**

Presentado por:
BORYS MIGUEL RODRIGUEZ ZAMBRANO

Tutor
Lcdo. Jorge Luis Medranda Rojas, Mg.

Manta – Manabí – Ecuador

2017

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Lcdo. Jorge Luis Medranda Rojas, Mg. tutor del **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** “Metodología para el desarrollo de la condición física en el fútbol”, en legal uso de mis funciones,

CERTIFICO

Que de conformidad a lo establecido en el Reglamento de Régimen Académico desde 02 de enero hasta el 31 de julio de 2017 he orientado de acuerdo con las directrices y protocolos institucionales del trabajo de titulación de **Borys Miguel Rodríguez Zambrano**, durante 400 horas, mismo que cumple con los requerimientos de fondo y forma para su presentación y defensa.

Con este antecedente, solicito a la Sra. Decana poner en conocimiento del H. Consejo de Facultad para la designación de los miembros del tribunal de Evaluación y Sustentación del presente trabajo académico de acuerdo al Reglamento de Régimen Académico Interno y demás normas y resoluciones que orientan el proceso.

Dado y firmado, en la ciudad de Manta, 31 de julio del 2017

Lcdo. Jorge Luis Medranda Rojas, Mg.
TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

APROBACIÓN DEL TRABAJO

A 18 de septiembre 2017 convocados por el H. Consejo de Facultad, se dan cita: Dr. Miguel Cartalla Mg. Lic. Telmo Hidalgo Mg. Y Lic. José Palma, designados para recibir la sustentación del trabajo de titulación” Metodología para el desarrollo de la condición física en el fútbol de la categoría sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta” **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.**

Una vez discutidas y analizadas las posturas de los miembros del tribunal y previo el cumplimiento de los requisitos de ley, se otorga la calificación de:

Dr. Miguel Cartalla Mg.

Calificación:

Lic. Telmo Hidalgo Mg

Calificación:

Lic. José Palma

Calificación:

SUB TOTAL DE LA DEFENSA: _____

En la ciudad de Manta, 18 de septiembre 2017

Es legal,

Lic. Mariana Loor de Navia
Secretaria de la Unidad Académica

RECONOCIMIENTO DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

La estructura del presente trabajo final es original, por lo consiguiente los conceptos, ideas y contenidos son de completa responsabilidad del autor; es importante declarar que se han transcrito párrafos de trabajos ya realizados, para renovar la misma indagación y fundamentar de forma teórica el estudio, sin efectos lucrativos.

Manta, julio 31 de 2017

Para constancia de las afirmaciones, la firma de responsabilidad.

BORYS MIGUEL RODRIGUEZ ZAMBRANO

Dedicatoria

Esta investigación está dedicada a los niños de la categoría sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta, y a todos los futbolistas por ser uno de los deportes que mueve el mundo; para muchos el más hermoso, puesto que ha sido una de las razones principales de motivación y de grandes experiencias, las mismas que se han convertido en base fundamental de ejemplos de vida, lucha, constancia y superación. Como entrenador aspiro que sirva de eje primordial en la preparación de base para los niños y niñas de la categoría estudiada, que con emoción y admiración desean ser parte de talentos deportivos de esta ciudad y el mundo.

A mis padres que han sido un pilar fundamental en mi historia de vida, ya que con su ejemplo me han hecho una persona responsable, confiable de palabra y de acciones; a mis hermanos por darme sus opiniones para poder tomar decisiones correctas.

A los docentes de la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación, por guiarme durante el proceso académico universitario.

A la Máster Jacqueline Cevallos Zambrano y al Dr. Fredy Rosales Paneque de manera muy particular por sus sugerencias valiosas para la elaboración del proyecto de investigación. Y de manera muy especial a mí tutor, Lic. Jorge Medranda por su arduo asesoramiento para que pueda culminar con éxito este trabajo investigativo.

A mis compañeros, que con bases sólidas emprendimos juntos este gran objetivo, y que el día de hoy se ha cristalizado, siendo profesionales para servir a la sociedad.

Borys Rodríguez Zambrano

Índice

Portada	
Certificado del tutor	ii
Aprobación del trabajo.	iii
Reconocimiento de autoría del trabajo de titulación.....	iv
Dedicatoria	v
Índice.....	vi - vii
Resumen.....	viii
Introducción.....	1
Problema, Objeto	4
Campo, objetivo general, tareas científicas, diseño metodológico	5
Métodos de la investigación científica	5
Teóricos.	5
Empíricos.	7
Población y muestra.....	7
Resultados esperados.....	7
Marco teórico	8
1. Fundamentación teórica metodológica con tendencias actuales del entrenamiento de la condición física del futbolista de la categoría 7 años...	8
1.1. Caracterización morfofisiológica y psicológica del niño.	10
1.2. Desarrollo motor del niño sub 7.	13
1.3. Iniciación deportiva.	15
1.3.1. Filosofía de la iniciación.	17
1.3.2. Identificación de conocimientos y contenidos del entrenamiento.....	17
1.4. Condición Física	
1.4.1. La preparación física en el fútbol infantil:	18
1.5. Métodos para el desarrollo de la condición física:.....	20
1.6. Caracterización de las exigencias actuales del fútbol.	21
1.6.1. Consideraciones generales del fútbol actual:.....	24
2. COMPONENTES DE LA METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA DEL FUTBOLISTA CATEGORÍA 7 AÑOS.....	25
3. DIAGNÓSTICO O ESTUDIO DE CAMPO	29

4.DISEÑO DE LA PROPUESTA: METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA DEL JUGADOR DE FÚTBOL CATEGORÍA 7 AÑOS.31

Conclusiones.....	34
Recomendaciones.....	35
Bibliografía	36
Anexo 1	39
Anexo 2	40
Anexo 3.....	41
Anexo 4.....	42

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo general diseñar una metodología encaminada al desarrollo de la condición física del futbolista categoría siete años. Y el problema que enfrentó es ¿Cómo lograr el desarrollo de la condición física del jugador de fútbol sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta?

Este problema surgió en base a la escasa información y limitaciones metodológicas que enfrentan los entrenadores al trabajar con las categorías de iniciación deportiva e incluso la indeterminación de las edades de esta clasificación.

Los métodos teóricos utilizados han sido el de análisis y síntesis, histórico lógico, modelación, enfoque de sistemas, método de expertos y análisis de documentos; además de la encuesta como único método empírico.

Se realizó un estudio de las principales teorías y metodologías en lo referente al concepto de las edades de la iniciación deportiva, se identificó los componentes de la metodología basada en aspectos de la preparación física integrada, el juego desde la concepción del método naturalista de Hebert como principal herramienta, las responsabilidades del profesor, la integración de los contenidos y conocimientos básicos y las exigencias actuales del fútbol: (adaptadas a la formación inicial del futbolista) y se propuso la metodología mediante la modelación y el enfoque sistémico, para el desarrollo de la condición física.

El resultado esperado es una metodología para el desarrollo de la condición física con un impacto positivo en el fútbol de las categorías menores y facilitar a entrenadores, psicólogos y pedagogos, un nuevo enfoque científico-metodológico como base procedimental del entrenamiento y con una visión holística en la iniciación deportiva.

Introducción

Los enfoques del entrenamiento deportivo han variado mucho desde la concepción de solo ir a practicar un deporte con asiduidad, sin una guía metodológica para la enseñanza aprendizaje del deporte específico y mucho menos para la diferenciación de acuerdo a edades.

Desde las modernas tendencias de la planificación deportiva de Matveev con su periodización, hasta las concepciones más holísticas con Verjoschanski a la "Periodización Táctica" de Tamarit, X (2009). Estos cambios han sido obligados dadas la duración e intensidad de los campeonatos o ligas futbolísticas.

En el mundial de 1974 Holanda presenta una notable evolución presentando una concepción llamada fútbol total, con la llamada Naranja Mecánica, donde las posiciones del jugador tenían una especie de rotación en función de las situaciones tácticas de ataque y defensa. Esta concepción exige para su realización una gran capacidad de resistencia, velocidad y pensamiento táctico. (Mombarest, 1998).

Por supuesto que este estilo o formación estratégica esta creada para jugadores de alto nivel futbolístico. Pero no es raro encontrar la traspolación de la enseñanza del fútbol y su entrenamiento a la iniciación deportiva.

El niño no es un adulto pequeño tiene sus características particulares, no obstante, la iniciación deportiva debe tener como objetivo además de la formación del niño, la necesidad de responder por la formación de los posibles talentos de acuerdo a las exigencias actuales del fútbol.

En Ecuador se han realizado tesis sobre la iniciación deportiva en el fútbol como la de López, E. y Rivera, O. (2010), pero referida a la edad de 8 a 10 años. Estos autores concluyen que: Existe un bajo conocimiento sobre iniciación deportiva, ya

que hay poca información sobre el trabajo en edades tempranas, y cómo enseñar les resulta desconocido.

Cueva, J. (2015). En su tesis en opción al título de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención Educación Física, admite que hay deficiencia en la aplicación de un proceso de enseñanza y aprendizaje del fútbol, refiriéndose la categoría 8 – 12 años, donde incluso califica de empirismo la labor de los entrenadores de fútbol.

Lara, D. (2011). En su tesis en opción al grado científico de Dr. C. de la Cultura Física “alternativa metodológica para la superación profesional, a partir de las competencias profesionales específicas del entrenador de fútbol categoría 13 – 15 años”, afirma que se detectaron insuficiencias metodológicas en la preparación de los entrenadores de estas categorías.

Arroyo, R. (2012). También insiste en el bajo conocimiento de los entrenadores para el trabajo en edades tempranas y la poca información que cuentan para el trabajo en edades tempranas.

La ausencia de publicaciones de profesionales del fútbol sobre estos temas en Ecuador, confirma el bajo nivel de competencia teórica de los mismos y la necesidad de realizar investigaciones sobre el tema.

Al nivel internacional resulta interesante la propuesta de Vegas, G. (2006), que admite las formas dispares que existen en cuanto a las clasificaciones del fútbol base (iniciación y clasificación por edades), Pero está de acuerdo con el predominio de la formación sobre el criterio de rendimiento.

La UEFA (citado por Vegas, G. 2006), Habla de la necesidad de establecer programas coherentes para los diferentes grupos de edades y los sitúa desde los 5 a los 12 años en un primer grupo.

Sin embargo, el propio Vegas, G. (2006), afirma que para la Real Federación Española de Fútbol las categorías van desde Benjamines, a infantiles o sea de 8 a 14 años. Este mismo autor sostiene que después de visitar las páginas WEB de los organismos internacionales del Fútbol (FIFA – CONMEBOL- AFC- CONCACAF- UEFA), *ha encontrado referencias al fútbol base solo en la UEFA*, lo que indica, los pocos estudios que se han realizado incluso a nivel internacional sobre el fútbol sub 7.

La edad de 6 a 8 años es la etapa que según Benedeck, A. (2010), la categoría de 7 años, es la que da inicio a la fase de preparación, pero sin una enseñanza ya que la coordinación de movimiento está poco desarrollada y la capacidad de atención y concentración es pobre, aconsejando para esta edad el desarrollo de la sensibilidad del balón y los juegos reducidos para la socialización del niño.

Por otra parte, Batalla, F. (s/f) asegura que hay disparidad a la hora de establecer la edad de la iniciación deportiva. La edad media es del orden de los once años, y en ciertos casos puede organizarse una práctica bastante intensa ya a los 5 años, (Durand, 1988). Diem (1976), (Citado por Blázquez D. s/f, p 3), defiende la idea que esta iniciación puede producirse mucho antes, y que nunca es demasiado temprano para iniciar al niño en los deportes, para más adelante insistir en lo siguiente:

En realidad, la capacidad para el juego y la competencia en grupo no comienza a los diez sino de los cinco a seis años. A esa edad los niños ya comprenden que el deporte y los juegos de movimientos requieren la colaboración de otros y son, aunque en una forma elemental, procesos grupales» y concluye «... es importante para la futura capacidad deportiva del niño descubrir todo el potencial de movimiento que hay en el ser humano mediante tareas acordes con su grado de evolución individual. criterio al que se adscribe el autor de la presente investigación.

Las dudas que han generado en la propia práctica como entrenador de las categorías infantiles en el fútbol, la casi inexistencia de indicaciones metodológicas y la no valides contextual de las pocas que se conocen, planteadas en tesis de opción al

título de licenciatura aparejadas a la intención de hacer más eficiente el proceso de iniciación deportiva en el fútbol, generan en este aspirante a licenciado, la necesidad de emprender una investigación, que contextualizada, permita un mejoramiento de la actividad profesional.

Aunque se acepta la necesidad del fútbol como elemento formativo de la personalidad del niño y su proceso de socialización, no deja de ser una directriz la necesidad de la formación de futbolistas aptos para el alto rendimiento deportivo.

Por ello es importante el diseño de una metodología que, a través de las tendencias actuales, nos permitan mejorar el proceso de entrenamiento de los niños de la categoría sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta.

Después de realizar una evaluación diagnóstica se llega a determinar que los problemas que requieren mayor estudio y dedicación, además de ser relevantes para el proyecto son los siguientes:

- Manejo empírico de los procesos de la enseñanza de los fundamentos técnicos en cada una de las categorías formativas, por ausencia de indicaciones metodológicas y características de los futbolistas sub 7.
- Desconocimiento sobre la importancia de la enseñanza adecuada de los fundamentos técnicos por parte de los directivos de las categorías formativas.
- Incertidumbre sobre el desarrollo de la condición física del futbolista sub 7

Problema: ¿Cómo lograr el desarrollo de la condición física del jugador de fútbol sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta?

Objeto: La condición física en el entrenamiento del futbolista sub 7

Campo: La metodología para la condición física del jugador de fútbol Sub 7

Objetivo General

Diseñar una metodología encaminada al incremento de la condición física del futbolista 7 del Independiente Sporting Club de Manta.

Tareas científicas:

1. Fundamentar los antecedentes teórico metodológico actuales de la preparación del futbolista.
2. Caracterizar el estado actual de la preparación del futbolista categoría 7 años.
3. Determinar los componentes de la metodología para el desarrollo de la condición física del futbolista categoría Sub 7.
4. Elaborar la metodología para el desarrollo de la condición física del jugador de Fútbol categoría 7 años.
5. Evaluar la pertinencia y eficacia de la metodología propuesta

Diseño metodológico:

Métodos de la investigación científica

Con el propósito de resolver las tareas planteadas en la investigación se utilizaron los siguientes métodos y técnicas investigativas.

TEÓRICOS.

Análisis y síntesis: Fueron empleados durante todo el proceso de consulta de la literatura científica, documentación especializada, consultas a los especialistas del deporte.

Histórico lógico: Este método permitió la búsqueda de los argumentos que antecederon al problema científico tratado, los resultados históricos obtenidos, tanto cualitativos como cuantitativos, su desarrollo, su significación; así como su incidencia en los resultados actuales.

Modelación: Se elaboraron y aplicaron modelos de situaciones de enseñanza y desarrollo de la condición física y sus referencias del estudio realizado de diferentes fuentes bibliográficas.

Enfoque de sistema: Fue utilizado para analizar los diferentes componentes que conforman la estructura de la metodología, sus relaciones y el papel que los mismos juegan en el estudio del pensamiento táctico.

Método de expertos: Se aplicó con la intención de evaluar la propuesta metodológica presentada y las recomendaciones metodológicas para su tratamiento, empleando el método Delphi por estar considerado como uno de los métodos subjetivos más confiables. Está encaminado a obtener las opiniones y criterios de los expertos sobre determinado asunto.

Este método consiste en la organización de un dialogo anónimo entre los expertos consultados individualmente, mediante un cuestionario con vista a obtener un consenso general.

Se realizó una selección de posibles expertos mediante el estudio de su currículum, determinándose la competencia de los mismos en la población seleccionada de posibles expertos. Se elaboró el cuestionario de la entrevista y posteriormente se realizó el procesamiento y análisis de la información.

El experto es un individuo capacitado para ofrecer valoraciones conclusivas de un problema en cuestión. De aquí que la selección de los expertos sea un aspecto esencial del trabajo realizado.

- Si el número de expertos es 10 se comete el error del 10%.
- Si el número de expertos es 15 se comete un error del 5%.
- Necesario un mínimo de siete expertos.

Análisis de documentos: Este se utilizó en la investigación para estudiar toda la literatura consultada, planes de entrenamiento, y documentos metodológicos sobre fútbol.

EMPÍRICOS.

Encuesta: Se efectuó a entrenadores vinculados a la preparación de los futbolistas de diferentes niveles competitivos, con el objetivo de obtener criterios y valoraciones.

POBLACIÓN Y MUESTRA.

Como población se determinó de manera intencional a la totalidad de los entrenadores del Independiente Sporting Club (2), otros entrenadores de la disciplina del Fútbol: entrenadores de la Liga Deportiva Cantonal de Manta (2), entrenadores del Manta Fútbol Club (2), y entrenadores del Delfín (2). Total, de la muestra 8 entrenadores.

RESULTADOS ESPERADOS.

Una metodología para el desarrollo de la condición física con un impacto positivo en el fútbol de las categorías menores y facilitar a entrenadores, psicólogos, y pedagogos, un nuevo enfoque científico-metodológico como base procedimental del entrenamiento y con una visión holística en la iniciación deportiva.

MARCO TEÓRICO

1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA METODOLÓGICA CON TENDENCIAS ACTUALES DEL ENTRENAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA DEL FUTBOLISTA DE LA CATEGORÍA SUB 7 AÑOS.

Se presenta los fundamentos teóricos metodológicos que aportan una base sólida en el entrenamiento del fútbol para categorías de iniciación deportiva. (Sub 7 años).

El fútbol es uno de los deportes más populares en el mundo y en Ecuador ha adquirido merced a eso una gran influencia en el desarrollo y la educación de los niños. Satisface las necesidades lúdicas del niño ya que éste aprende jugando, y cuando juega con una pelota satisface su necesidad natural de movimiento. El juego aporta beneficios fisiológicos, psicológicos y mejora los indicadores de la calidad de vida; aporta al desarrolla social y educa en la relación con su entorno.

Ofrecer una herramienta de trabajo en forma de metodología para el desarrollo de la condición física del niño de 7 años, además de ser beneficioso para su desarrollo, también puede ser muy positivo para su futuro rendimiento deportivo. Por eso la iniciación deportiva se la ha considerado base del aprendizaje de las capacidades deportivas, y de esta forma figura como objetivo esencial de cualquier programa de enseñanza deportiva, que requiere para ello desarrollar en los deportistas, habilidades, técnicas y tácticas a partir de los fundamentos de cada disciplina. (Arroyo Caicedo, 2012).

En el contexto latinoamericano, han sido escasas las investigaciones referentes al fútbol en categorías iniciales, así se cita a:

Rivas, M. (s/f) Guía Didáctica para la Enseñanza de la Técnica (Niños y Adolescentes de 8 a 16 años), Guía Didáctica para la enseñanza del Fútbol en Niños y Adolescentes, Escuela de Ciencias del movimiento humano y Calidad de Vida en Costa Rica.

Barrios, D. et al. (2011), características motoras y de condición física de niños escolares de 6 a 12 años.

Por su parte Jadán, H. (2012) y Barrios (2011), se refieren en la iniciación a niños con 6 a 12 años.

De Jadán, H. (2012), se tomó “Las características, necesidades e intereses de los niños de 6 - 8 años”. De Barrios, H. et al. (2011), la situación del niño de 6 a 8 años y su desarrollo del analizador motor y la coordinación de movimiento.

En Ecuador muy poco se ha hecho por el proceso de iniciación deportiva y se trabaja sobre una gran base empírica, han sido muy escasos los trabajos realizados en relación a la metodología del entrenamiento deportivo y las que se han encontrado se refieren a informes de investigación para la titulación en Educación Física, a pesar que el fútbol es un deporte de gran acogida. Así se pueden citar a:

1. López, P. et al. (2010), que se refiere al pobre conocimiento de la iniciación deportiva por parte de los entrenadores sub 8 y sub 10.
2. Cueva, J. (2015), un estudio de aplicación del proceso de enseñanza aprendizaje a niños de 8 a 12 años.
3. Arroyo, R. (2012), que trata sobre la iniciación deportiva y el desarrollo de los fundamentos del fútbol en niños de 8 a 10 años.
4. Jadán, H. (2012) en su tesis de licenciatura se refiere a la formación de una escuela de fútbol base para niños y niñas en edades entre 6 y 12 años en la Parroquia Ricaurte.

Se puede haciendo una síntesis, llegar a las siguientes inferencias:

- El trabajo con los niños de la iniciación deportiva sufre de indefiniciones de edad, y bases metodológicas definidas. Aunque varios autores indican la edad de 6 e incluso de 5 años como edad adecuada para la iniciación deportiva.
- En el contexto latinoamericano, han sido escasas las investigaciones referentes. Existen autores que, a la iniciación deportiva, si se tiene en cuenta la cantidad de niños que gustan de este deporte y lo practican.
- La necesidad de desarrollar las habilidades técnicas y tácticas (Arroyo Caicedo 2012), lleva consigo la necesidad del desarrollo de la condición física, por considerarse esta como base de dichas habilidades técnicas y tácticas.
- Por otra parte, autores importantes como Diem y Blázquez, apuntan a la necesidad de descubrir todo el potencial de movimiento del niño acorde con su desarrollo individual, apuntando que nunca es demasiado temprano para ello.

Por todo ello se adopta la idea de que es necesario y pertinente el desarrollo de las capacidades físicas aun en las edades tempranas de la iniciación deportiva del niño señalándose esta en el entorno de los cinco años

1.1. Caracterización morfofisiológica y psicológica del niño.

Dragan (1979) y Fisher (1992) citado por Noa (s/f, p. 50), reconocen que para valorar la condición física en niños deben tenerse en cuenta las siguientes variables:

- Estatura y peso
- Velocidad de desplazamientos
- Resistencia aeróbica
- Coordinación dinámica general
- Percepción cinética
- Rendimiento motor multifacético
- Ritmo de incremento del rendimiento
- Tolerancia a las cargas de movimiento

Según Makarenko (1990), la etapa de 6 a 8 años de edad, es la etapa clave en el desarrollo del niño, referido al analizador motor, la coordinación de movimiento, hay ya maduración muscular como elemento propioceptivo, la actividad variada es una necesidad para los niños de esta edad y es parte del desarrollo físico general e incluso del intelecto.

Este mismo autor asegura, que hay un aumento de la capacidad de concientizar, comprender y tener control somático, además de ser más proclives a concentrar la excitación, la capacidad de frenar sus impulsos emocionales, manifestar una atención activa y concentrada. Y que existe una aproximación de las proporciones del cuerpo infantil a las del adulto.

Características, necesidades e intereses de los niños de 6 - 8 años de acuerdo a Jadán, H. (2012):

Características	Necesidades	Intereses
– Gusto por las carreras de persecución – Actividades totales. – Poca resistencia. – Coordinación ojo-mano, ojo-pie, inseguras. – Poca atención. – Placer por los juegos	– Actúa libremente. – Realiza actividades reales, concretas que provean situaciones de dificultad y complejidad creciente.	– Camina, corre, trepa, lanza, arrastra, gatea, empuja. – Las carreras de relevos simples y en ronda. – Los ejercicios de agilidad y destreza. – Las actividades naturales. – Los juegos de simple reglamentación.

Desde los 4 años de edad hasta los 8 años los niños aprenden a entender y dominar su entorno y las circunstancias de éste a través de juegos, la multiplicidad de ellos

con las más variadas formas de movimiento y con objetivos lúdicos, que serán básicas para el ulterior alto rendimiento en las modalidades deportivas. (Detlev, B. 2004, p. 12).

(Pérez1925 en Gálvez2011, p. 4), señala lo siguiente:

“...el niño desde los primeros años de vida estará en contacto con la naturaleza, ambiente propicio que le permitirá, desarrollar mediante juegos y sin darse cuenta los primeros ejercicios del método natural, posteriormente esos juegos se convertirán en actos más activos y sostenidos, que favorecerán un pleno desarrollo de los centros nerviosos y de los músculos. Al seguir avanzando en edad, este desarrollo armonioso del sistema neuromuscular, permitirá darle valor a cada una de las cualidades, constituyéndose en un todo armonioso, poseedor de aptitudes que permitan mayores finalidades prácticas”.

“Una de las características del método natural que se desprenden del utilitarismo, es el respeto a la naturaleza del niño, escogiéndose movimientos y actividades que van de lo simple a lo complejo, adecuándose al nivel de desarrollo de los participantes...” (Ídem, p. 4).

Hébert (1925), cit. Gálvez (2011, p. 5) expresa que “el esfuerzo moderado o económico, es decir, dosificado y rítmico según las capacidades medias de cada uno, puede ser prolongado sin peligro...”

Este mismo autor considera que una sesión de ejercicio debe representar un trabajo sostenido y continuo y no un trabajo cortado por reposos frecuentes exagerados o largos. La observación de esta prescripción es esencial si se quiere asegurar el desarrollo de la fuerza de resistencia.

Stroyer et al., (2004) cit. Alahorro (2011, et al, p. 3) plantean que “...En edades de formación los datos muestran unos porcentajes de actividad de alrededor de un 3%

inmóviles, un 55% caminando, un 31,5% carrera de baja intensidad y un 8,5% trote a alta intensidad”.

El aceptar estos postulados, da la medida de la adecuación del método natural de Hébert a la iniciación deportiva. Sobre todo, si aceptamos las fluctuaciones de la intensidad dado por los % de actividad, planteado por Stroyer et al. (2004)

1.2. Desarrollo motor del niño sub 7.

“El desarrollo motor se refiere a los cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan las interacciones del organismo con el medio” (Carrasco 2005, p. 5).

Este mismo autor sostiene que el estudio del desarrollo motor tiene una gran importancia en el ámbito de la educación física y el deporte debido a que “Permite adaptar los estímulos al nivel de desarrollo motor y perceptivo alcanzado y da pautas para la progresión del aprendizaje”. Además, ha resumido de la obra de Piaget lo siguiente:

- Expuso el papel de la motricidad en la evolución de la inteligencia.
- Revitalizó el papel del niño en la construcción de su inteligencia.
- Señaló la posibilidad de una acción pedagógica más adecuada al verdadero desarrollo del niño, donde este tome un papel activo.

Para Dallo y Masebeu (s/f), la edad de 7 años fluctúa entre la etapa preoperacional (Imita conductas, piensa simbólicamente, imágenes mentales y el desarrollo del lenguaje) y la etapa de operaciones concretas (Procesos lógicos del pensamiento, se hace más social, aparecen los esquemas lógicos, el ordenamiento mental de conjuntos y clasificación de los conceptos de casualidad, espacio, tiempo y velocidad), aparece además la lateralidad.

Este mismo autor sostiene que “el control de la motricidad manipulativa gráfica (desarrollo de la escritura), así como el acrecentamiento del control del equilibrio dinámico y estático, saltos desde diferentes alturas, cambios de direcciones al correr y el desafío permanente de lanzar queriendo llegar más lejos. Todas estas acciones respetan el principio básico de la “espontaneidad”.

Cuando el niño memoriza y domina cualquier movimiento coordinativo se le hace más fácil dominar cualquier deporte. Apoyado en los estudios de Borzi (2011), se señala las siguientes características que influyen en el aprendizaje de la técnica:

- a) Morfológicas (sistema nervioso central, talla y peso)
- b) Fisiológicas (sistema nervioso: analizadores de movimiento)
- c) Motoras (fuerza muscular, velocidad y fuerza rápida)
- d) Psicológicas (concentración, nuevos desafíos, comprensión)

Para este autor, las edades sensibles para entrenar la técnica del fútbol, son desde los 6 a los 10 años en ambos sexos, considerándola la mejor etapa de la vida para aprender y perfeccionar difíciles destrezas de movimiento, de allí que la define como “la edad de lujo del movimiento”.

Según Maganto y Cruz (s/f, p. 8) a partir de los 7 años y hasta los 10, el gesto va a ser regulado por el freno inhibitorio. Esto da lugar a un perfeccionamiento gradual de la precisión adquirida previamente y a la mecanización de los movimientos habituales junto con la aceleración de los mismos. De esta manera presenta:

- La vigorosa actividad física con habilidad muscular y motora especial.
- Marcha en tándem hacia atrás
- Se mantiene en posición marcha tándem ojos cerrados.
- Equilibrio puntas con ojos cerrados.
- Amplio desarrollo psicomotor

- Organización coordinación habilidad de funciones perceptivas, manuales, oculares, para aprendizajes escolares.

Al adoptar este criterio, en los niños de la edad de iniciación, y teniendo en cuenta con lo planteado por Diem (1976) y respaldado por Blázquez, se reafirma la capacidad de aprendizaje y del desarrollo de las capacidades futbolística del niño y en la necesidad del desarrollo de la condición física del niño

1.3. Iniciación deportiva.

La iniciación deportiva está indisolublemente ligada a las características morfofisiológicas, psicológicas de desarrollo motor de los niños, por lo que es obligatorio hacer referencia a este aspecto.

Giménez y Castillo (2002), hacen una relación de conceptos de diferentes autores sobre la iniciación deportiva y exponen los siguientes:

- Jolibois (1975), citado por Antón (1990:21), expone "el aprendizaje de las rutinas indispensables para la práctica de cada deporte", y añade que la edad escolar va a representar un buen periodo de aprendizaje que no se debe perder.
- Álvarez (1987:677), apunta que "la iniciación en cualquier deporte debe buscar una variada formación de base sobre la cual poder fundamentar un rendimiento máximo posterior.
- Sánchez (1984), entiende que una persona se inicia en un deporte cuando consigue una operatividad básica en el contexto global del juego.
- Pintor (1989), la iniciación deportiva consiste en que el niño adquiera las nociones básicas del deporte, que se familiarice con él y comience a establecer las pautas básicas de conducta psicomotriz y socio-motriz orientadas de modo muy general hacia las conductas específicas del mismo.

- Hernández (2000), interpreta el proceso de iniciación deportiva teniendo en cuenta los objetivos que se pretenden alcanzar, el individuo que aprende, la estructura del deporte y la metodología que se utilice.
- Romero (2001:22), define la iniciación deportiva como "la toma de contacto con la habilidad específica (deporte) en cualquier contexto (académico, federativo, etc.), pero respetando las características psicológicas y pedagógicas para el desarrollo global". (En Giménez y Castillo 2002, p. 2).

El autor de este trabajo ve la iniciación deportiva como el periodo en que los niños toman conciencia de su interés por un deporte y comienzan a familiarizarse con él, con sus habilidades básicas de acuerdo a sus características de desarrollo corporal, psicológico y motor.

Sobre la edad de la iniciación, Batalla, (s/f), asegura que hay disparidad a la hora de establecer la edad de la iniciación deportiva. La edad media es del orden de los once años, y en ciertos casos puede organizarse una práctica bastante intensa ya a los 5 años, (Durand, 1988).

Noa (s/f), (Sidotti 2012) y otros ponen el comienzo de la iniciación deportiva en la edad de 8 a 11 años. Por otra parte, el programa de fútbol base de la FIFA engloba a niños y niñas de 6 a 12 años y puede desarrollarse en un marco escolar, comunitario o de club.

Se debe tener bien en cuenta que "*Iniciación Deportiva*" no es lo mismo que especialización. De la iniciación deportiva se ha hecho énfasis en la edad apropiada para ello, pero la especialización es otro concepto Según Wiersma (2000), (citado por Vallejo 2002, p. 4) "La especialización deportiva es caracterizada por un entrenamiento durante varios años en un deporte específico, o sea sin la práctica de ningún otro deporte, que comienza en edades tempranas"

No obstante, según Stevenson 1990 (citado por Vallejo 2002, p. 4) “...cada vez es más común que niños en etapa escolar primaria y secundaria comprometan su tiempo y energía en la práctica de un solo deporte”, que es lo que generalmente sucede en el deporte - fútbol en Ecuador y numerosos países de Latinoamérica.

1.3.1. Filosofía de la Iniciación:

- Aceptar que lo principal es la formación sobre el resultado, por tanto, no se trata de organizar sesiones de entrenamiento intensivo o imponer nociones tácticas complejas, que podría revelarse como un factor disuasorio.
- Las relaciones humanas, el espíritu de equipo y la diversión son los elementos esenciales del fútbol base.
- El despertar y la iniciación del jugador o jugadora de fútbol mediante el juego son los principales objetivos del fútbol base.
- Pocos jugadores, en espacios reducidos, responde a estas dos preocupaciones. Sobre espacios reducidos, mejor adaptados a sus capacidades fisiológicas, el aprendiz de futbolista tocará el balón más a menudo, de esta forma aprenderá a dominarlo y controlarlo mejor.
- Aprendizaje a través del juego.

1.3.2. Identificación de conocimientos y contenidos del entrenamiento.

El profesor o entrenador de fútbol debe asegurar lo siguiente:

- Utilizar actividades para instruir y formar a los niños.
- Insistir en el lado lúdico y organizar a menudo pequeños partidos.
- Ofrecer una enseñanza adaptada al nivel de los participantes.
- Abordar todos los ámbitos del entrenamiento.

- Orientar a los jóvenes y les sirve de modelo, de ejemplo.
- Asumir todos los deberes pedagógicos y escuchar a los jóvenes.
- El entrenador-educador debe orientar a niños que juegan al fútbol y no entrenar a futbolistas.

1.4. Condición Física.

1.4.1. La preparación física en el fútbol infantil:

El fútbol no es un constante correr, es por el contrario una mezcla de correr, caminar buscando la posición más adecuada, carreras rápidas y cortas, saltar, dominar y conducir el balón y actuar con y sin balón tratando de burlar, al contrario., lo que se erigen como tareas a realizar en los juegos y en la actividad de aprendizaje técnico y táctico.

Un adecuado desarrollo de las capacidades físicas, tiene una influencia positiva sobre su rendimiento técnico, el cabal cumplimiento de sus obligaciones tácticas (elementales en caso del fútbol de iniciación), y se erige en una protección de posibles lesiones, es además la garantía de los procesos de motivación al facilitar la participación en las tareas de preparación del niño futbolista.

“La optimización de una cualidad física, debe realizarse bajo el objetivo primordial, de que el futbolista pueda obtener una respuesta adecuada, a las exigencias competitivas que demanda el fútbol de alto nivel”. (Rivas y Sánchez, 2012, 4).

Siguiendo las indicaciones de Sidotti (2012), se pueden adoptar las siguientes:

Capacidades Físicas Básicas	Indicaciones
Fuerza	– Tienen una gran capacidad para mejorar sus niveles de fuerza por medio de adaptaciones neurales. (Coordinación). – El entrenamiento de la fuerza debería ser destinado a la enseñanza de las técnicas de los ejercicios.

	– Se debe comenzar con ejercicios de fuerza que acentúen la participación de la musculatura del tronco y no tanto de las extremidades superiores. – Se debe entrenar con frecuencia y sistematicidad ya que los niños no conservan por mucho tiempo esta cualidad. – Feigenbaum (13) asegura que hasta el momento no existen evidencias científicas de que los ejercicios de fuerza con niños aplicados sistemáticamente pueden causar lesiones agudas o crónicas. Las lesiones son causadas por fallos técnicos en la ejecución de los movimientos.
Velocidad	– Entre los 7 y 9 años, es recomendable trabajar sobre el tiempo de reacción y la frecuencia de movimiento. – La gran plasticidad que presenta el sistema nervioso, el entrenamiento de la velocidad se verá beneficiado. – La velocidad se encuentra en su fase sensible, mayormente para el desarrollo de: 1- Velocidad de reacción. 2- Velocidad secuencial. 3- Procesos de aprendizaje motriz para desarrollar técnicas motoras que son importantes para movimientos veloces. – El objetivo de esta capacidad en el fútbol es el desarrollo de una velocidad de movimiento de desplazamiento máximo y su relación con su velocidad gestual. Se entiende la importancia de generar movimientos veloces con o sin pelota, donde el jugador sea capaz de ejecutar gestos técnicos en una situación real de juego.
Resistencia	– Los volúmenes usados para el entrenamiento de la resistencia deben ser adecuados a las condiciones del niño. Se deben proponer actividades que no sean de grandes volúmenes con alta intensidad ya que esto podría provocar vaciamiento glucogénico. – Weineck (1) resalta que tanto los niños como los jóvenes están preparados, desde el punto de vista cardiopulmonar y metabólico, para entrenar bajo cargas aeróbicas.
- Según Weineck (1): “La fase pre puberal se presta sobre todo a la mejora de las capacidades coordinativas y a la ampliación del repertorio de movimientos. - Coordinación (técnica) y la condición física se han de desarrollar siempre en paralelo, aun destacando uno u otro aspecto”. - El entrenamiento infanto-juvenil debe centrarse en la formación óptima de las destrezas y técnicas deportivas - motoras y en el incremento del acervo motor. El entrenamiento de las capacidades físicas tiene lugar en paralelo a este proceso, - Hincapié en el trabajo de coordinación, equilibrio (estático y dinámico). - Equilibrio en la distribución de cada tipo de ejercicios, según la edad, el interés, necesidad y experiencia de los niños futbolistas. Lo general siempre tiene que anteceder a lo específico.	

Indicaciones metodológicas: Tradicionalmente, en el entrenamiento de estos deportistas, se trabaja por separado la técnica, la táctica, la condición física, la preparación psicológica, sociológica e intelectual, lo que ocasiona una separación de la relación holística del jugador con su preparación futbolística.

El entrenamiento debe plantearse a partir de un análisis de la competición, lo que nos acercaría a la “Periodización Táctica”, para introducirlas en los entrenamientos, con una concepción más global.

1.5. Métodos para el desarrollo de la condición física:

Los métodos de entrenamiento, pueden considerarse como el sistema de procedimientos que determinan los contenidos (ejercicios), los medios y la carga de entrenamiento de acuerdo a los objetivos planteados.

De acuerdo con Carrasco Bellido en el ámbito de la condición física se dan los siguientes métodos:

- Método continuo (mediante el juego en situaciones simplificadas y grupos homogéneos y la asignación de tareas).
- Método de Hébert, teniendo en cuenta lo que plantea este autor, sobre el trabajo continuo, sin periodos de reposo exagerados.
- Métodos de intervalo y Método de la repetición y el de control (indicadores fisiológicos).

En el ámbito de la enseñanza aprendizaje de la Técnica:

Global, Descubrimiento guiado, enseñanza recíproca y de repetición (Método de repetición dinámica por imitación del movimiento o aprendizaje por modelo,

método de repetición del ejercicio variado) mediante el juego con tareas específicas y cambios de posición. Métodos que en su totalidad pueden emplearse en la iniciación deportiva

1.6. Caracterización de las exigencias actuales del fútbol.

Conocimientos básicos del fútbol:

- Los juegos reducidos
- Los juegos de entrenamiento
- El aprendizaje de los gestos técnicos

Contenido del entrenamiento:

- Juegos reducidos.
- Técnica de Base
- Juegos de estimulación alternados con ejercicios
- Equipos equilibrados

Es necesario el dominio metodológico de las sesiones de clases para la enseñanza del fútbol, así como fomentar:

- Sentimientos de seguridad (aceptación)
- Una buena auto valoración
- Sentimientos de pertenencia.

El juego, efectivamente, debe ser la principal herramienta por medio del cual se intenta desarrollar el potencial físico de un jugador. Y el valor de esta obra reside en su facultad de asociar el fútbol al desarrollo de las capacidades físicas imprescindibles para su práctica. (FIFA pág. 9).

Una sesión de preparación física específica, además de no ser suficiente, es tiempo que se le quita al trabajo reservado a la puesta a punto táctica. Si a ello se agrega la obligación del entrenador de presentar a sus jugadores sesiones lúdicas y siempre diferentes para que estos participen en ellas con entusiasmo, Esto da la medida de la gran dificultad de organizar sesiones de entrenamiento que respondan a las exigencias del fútbol. "...integrando todos los parámetros...técnico, táctico, físico y mental. Mejorar o mantener los potenciales fisiológicos de los jugadores en estrecha relación..." (FIFA pág. 11)

En la tabla siguiente se presentan las tendencias que por épocas se identificaron como las idóneas, así se dividieron en las etapas de los años 50 y del final de esa década hasta los años 80 y por última la concepción adoptada partir de los años 90. Se detallan la concepción de la preparación física y el significado que se otorgaba.

Etapas	Concepción	Significado
Años 50	La preparación física iba destinada a lograr que el jugador se apodere del balón y ser el conductor del juego	La preparación Física por encima de cualquier otra de las aristas del entrenamiento deportivo. Privilegiaba la actuación individual. Y se buscaba el desarrollo de la VARF (Velocidad, Agilidad, Resistencia y Fuerza)
A finales de esa etapa 1959 hasta los años 80	Ya se cuenta con una concepción transversal de la preparación atlética, perfeccionarse mediante la repetición y el volumen de trabajo físico.	Las reflexiones sobre la preparación atlética hacían hincapié en que las cualidades físicas que había que trabajar no debían limitarse a la VARF. Las aptitudes físicas enumeradas más a menudo eran la destreza, la velocidad, la potencia de salto, la flexibilidad, el equilibrio, el ritmo, la fuerza y la resistencia. La preparación atlética fue remplazada por la preparación física, que establece relaciones entre los

		conocimientos teóricos científicos, tomados principalmente de la fisiología, y la práctica deportiva.
Década de los 90	Surgió un concepto de preparación física "integrada" que permite integrar las cualidades físicas en situaciones de juegos específicos del fútbol.	El entrenamiento "atlético" seguirá siendo importante, pero, como la actividad del jugador de fútbol exige también otras aptitudes (dominio de la técnica, lectura del juego, toma de decisiones...), estas nociones han llevado a elaborar sesiones atléticas orientadas hacia el fútbol. Integrar la actividad es proponer una preparación específica del fútbol en la que, en la misma sesión, se agregan la dimensión técnica individual y la dimensión táctica, con la presencia de compañeros y adversarios y un dominante atlético. En este tipo de preparación "integrada", el uso de los juegos con efectivos reducidos se ha vuelto esencial.

En la actualidad, la preparación física integrada en el entrenamiento ocupa un lugar cada vez más importante, conciliando las cualidades físicas, el ciclo de trabajo y el tema técnico-táctico de la sesión. Hoy en día, el desarrollo equilibrado de las cualidades físicas es un objetivo constante de los preparadores físicos más efectivos, por lo que se adopta la tendencia de los años 90, por supuesto adaptado a la iniciación.

En el caso de la iniciación deportiva la preparación física integrada, al propio proceso de enseñanza técnico táctica, respalda la aplicación del método natural de Hébert y por supuesto la adecuación a las exigencias técnicas y tácticas de la etapa de iniciación.

1.6.1. Consideraciones generales del fútbol actual.

- Carácter rápido del juego y la importancia de imponerse en los duelos. Los equipos más eficientes son los que controlan el juego intentando presentar la menor vulnerabilidad en la defensa.
- Tendencia a que estas sean superadas por las bandas utilizando volantes ofensivos y zagueros laterales creando superioridad numérica.
- Ponen el acento en la transición a la recuperación: efectuar un pase tras un contraataque desde el momento en que recupera el balón gracias a una presión activa.
- Posesión positiva del balón: La posesión "positiva" se define como una conservación del balón en espera de un posible desequilibrio (parcial o total) del equipo adversario.
- La optimización de la definición.
- Asimetría: Se trata de buscar espacio a la espalda de una defensa atraída al lado opuesto.
- Juego a lo ancho: El fútbol moderno despliega una gran actividad en el eje central del terreno de juego, con desplazamientos rápidos a lo ancho para contar con posibilidades de esquivar la defensa. Se trata de abrir la defensa para crear espacios abiertos que puedan llevar hacia la meta.
- Distribución del juego en función de la zona de recuperación del balón: La transición recuperación/contraataque se realiza, en promedio, en 18 segundos y cinco pases antes de alcanzar la meta.

- El fútbol: Una combinación de técnica y velocidad. En el jugador de fútbol de alto nivel, o "de reflexión", da lugar a otras velocidades como:
 - La velocidad de arranque.
 - La velocidad de desplazamiento.
 - La velocidad de repliegue.
 - La velocidad de intervención.
 - La velocidad de anticipación.
 - La velocidad del movimiento.
 - La velocidad de transmisión.

En la etapa infantil se debe sembrar la futura actuación del futbolista, lo que indica la necesidad de lograr una condición física que favorezca la integralidad de la actuación futbolística y un buen manejo de los elementos técnicos básicos.

2. COMPONENTES DE LA METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA DEL FUTBOLISTA CATEGORÍA 7 AÑOS.

Se determinaron los componentes a partir del análisis teórico conceptual de diferentes autores y teniendo en cuenta la situación actual del objeto de estudio, más la ausencia de una concepción teórica- metodológica orientadora,

Caracterización Morfo fisiológica y psicológica	Iniciación Deportiva	Conocimientos y Contenidos del entrenamiento
Según Dallo y Masebeu (s/f) La edad de 7 años fluctúa entre la etapa preoperacional (Imita conductas, piensa simbólicamente, imágenes mentales y el desarrollo del lenguaje) y la etapa de operaciones concretas	Filosofía: - Formación sobre el resultado. - Relaciones humanas.	– Los juegos reducidos. – Los juegos de entrenamiento. – El aprendizaje de los gestos técnicos.

(Procesos lógicos del pensamiento, se hace más social, aparecen los esquemas lógicos, el ordenamiento mental de conjuntos y clasificación de los conceptos de casualidad, espacio, tiempo y velocidad), aparece además la lateralidad. Según estos autores se acrecienta el control del equilibrio, saltos, cambios de dirección al correr, respetando el principio básico de la espontaneidad. Utilizando métodos para la preparación Física. Método continuo (mediante el juego en situaciones simplificadas y grupos homogéneos y la asignación de tareas) - Métodos de intervalo y Método de la repetición y el de control (indicadores fisiológicos). En el ámbito de la enseñanza aprendizaje de la Técnica. Global, Descubrimiento guiado, enseñanza recíproca y de repetición (Método de repetición dinámica por imitación del movimiento Método de repetición del ejercicio variado). Mediante el juego con tareas específicas y cambios de posición	- Espíritu de equipo y la diversión. - Aprendizaje a través del juego. Edad de iniciación: Se adopta la idea de Diem, Blázquez, Durand, FIFA, Sobre edad de iniciación a los 5 años, Pachettino, (6 años) -Periodo de aprendizaje de las rutinas indispensables que no se debe perder. Y según Álvarez del Villar: debe buscar una variada formación de base sobre la cual poder fundamentar un rendimiento máximo posterior	– Técnica de Base. – Juegos de estimulación alternados con ejercicios. – equipos equilibrados. El entrenador: Insiste en el lado lúdico y organiza a menudo pequeños partidos. - Ofrece una enseñanza adaptada al nivel de los participantes. - Debe orientarlos a que jueguen al fútbol y no entrenarlos como a futbolistas profesionales. <u>Fomentar:</u> - Sentimientos de seguridad (aceptación) - Una buena auto valoración – Sentimientos de Pertenencia.
--	--	--

Desarrollo motor	Exigencias actuales del fútbol Adaptado a la iniciación	Condición física
- Vigorosa actividad física con habilidad muscular y motora especial. - Marcha en tándem hacia atrás - Se mantiene en posición marcha tándem ojos cerrados. - Equilibrio puntas con ojos cerrados. - Amplio desarrollo psicomotor - Organización coordinación habilidad de funciones perceptivas, manuales, oculares, para aprendizajes escolares. De acuerdo a Maganto y Cruz: Esto da lugar a un perfeccionamiento gradual de la precisión adquirida previamente y a la mecanización de los movimientos habituales junto con la aceleración de los mismos”	- control del juego. - Posesión positiva del balón. - Distribución del juego. - Capacidad de reflexión. - concepto de preparación física "integrada -Cualidades volitivas: Mediante el incentivo de la motivación por el fútbol y sus colores.	- Según Weineck (1): “La fase pre puberal se presta sobre todo a la mejora de las capacidades coordinativas y a la ampliación del repertorio de movimientos, - coordinación (técnica) y la condición física se han de desarrollar siempre en paralelo, aun destacando uno u otro aspecto”. - El entrenamiento infanto-juvenil debe centrarse en la formación óptima de las destrezas y técnicas deportivas - motoras y en el incremento del acervo motor. El entrenamiento de las capacidades físicas tiene lugar en paralelo a este proceso, - Se debería hacer hincapié en el trabajo de coordinación, equilibrio (estático y dinámico) - buscar el adecuado equilibrio en la distribución de cada tipo de ejercicios, según la edad, el interés, necesidad y experiencia de los niños futbolistas. Lo general siempre tiene que anteceder a lo específico. - Aplicación del Método natural de Hébert en cuanto a la duración e intervalos de acuerdo a la intensidad.

- (Durand, 1988) reconoce que ya a los 5 años, se puede organizar unas prácticas bastante intensas en el fútbol, La UEFA (citado por Vegas Haro, 2006), por su parte señala la necesidad de establecer programas coherentes para los diferentes grupos de edades y los sitúa desde los 5 a los 12 años en un primer grupo.
- La edad de 6 a 8 años es la etapa que según Benedeck, A. (2010), es la que da inicio a la fase de preparación...aconsejando para esta edad el desarrollo de la sensibilidad del balón y los juegos reducidos para la socialización del niño.
- Según Makarenko (1990), la etapa de 6 a 8 años de edad, es la etapa clave en el desarrollo del niño referido al analizador motor, la coordinación de movimiento, y la maduración muscular como elemento propioceptivo.
- Pochettino, J. P. (2011). Sostiene que las edades sensibles para entrenar la técnica del fútbol son desde los 6 a los 10 años en ambos sexos, considerándola la mejor etapa de la vida para aprender y perfeccionar difíciles destrezas de movimiento, de allí que la define como “la edad de lujo del movimiento”
- Los niños en edades tempranas son más proclives a concentrar la excitación, la capacidad de frenar sus impulsos emocionales, manifestar una atención activa y concentrada. Además, existe una aproximación de las proporciones del cuerpo infantil a las del adulto “... es importante para la futura capacidad deportiva del niño descubrir todo el potencial de movimiento que hay (...) mediante tareas acordes con su grado de evolución individual” (Citado por Blázquez D. s/f Pág. 3).

3. DIAGNÓSTICO O ESTUDIO DE CAMPO

Existe una gran potencialidad para el desarrollo futbolístico de los niños en la iniciación deportiva del fútbol y es la gran motivación por la práctica del deporte, que, aunque no fue objeto de estudio se puede apreciar a simple vista por la cantidad de niños que deciden adoptar este deporte y el empeño con que cumplen las tareas que se les asignan.

Otra gran potencialidad estriba en el dominio técnico de los profesores de este deporte, basado en la cultura futbolística de nuestro entorno. Sin embargo, al analizar la bibliografía sobre el tema se aprecia la escasez de trabajos sobre la condición física en niños de 7 años. Esto ocurre por la relativa poca importancia que se le da al tema y por discrepancias en cuanto a la edad de iniciación deportiva.

Así se puede ver en un análisis de la bibliografía sobre el tema que en sus tesis de opción al título de Licenciado en Educación Física. Cueva, J. (2015). Lara, D. (2011), Arroyo, R. (2012). Coinciden en indicar el poco conocimiento y la falta de información sobre el trabajo de formación en las edades tempranas, a pesar de que la FIFA y la UEFA admiten la edad de 5 años como iniciación deportiva.

En el estudio de campo aplicado, en el que se empleó el análisis de documentos (planes de clases y planificación del entrenamiento deportivo), se pudo apreciar indefiniciones en relación con las necesidades y características de esta categoría de edad. En realidad, no era más que una copia de las actividades de un entrenamiento para futbolistas en general ya que si bien se hacían observaciones en particular con atletas individuales, la metodología no particulariza en las características de los niños sub 7.

3.1. Caracterización.

Para caracterizar el estado actual de la preparación del futbolista categoría 7 años se aplicó una encuesta a los entrenadores vinculados con la preparación de diferentes categorías de esta disciplina, y se ha evidenciado que existen insuficiencias metodológicas en el dominio de la aplicación del entrenamiento deportivo para niños de iniciación deportiva, específicamente de 7 años.

El resultado de la encuesta indica lo siguiente:

- No existe una clara definición de la metodología a seguir en el fútbol para las categorías sub 7 y/o de iniciación deportiva. Además de ser escasa la información sobre el entrenamiento en estas edades.
- Lo más recurrente era la alusión a la no especialización temprana. Desconocen el cómo evaluar y determinar las direcciones del entrenamiento deportivo en la iniciación deportiva.
- Al igual que en la bibliografía no hay coincidencia en la edad para la iniciación deportiva en el fútbol.
- En el análisis global de los resultados de la encuesta se confirma que existe poco conocimiento sobre el entrenamiento de fútbol con niños de 7 años y poco conocimiento sobre la aplicación empírica.
- Se revela la necesidad de emprender estudios que clarifiquen un tanto la actuación del entrenador de fútbol en estas edades.
- Existe desconocimiento sobre la importancia de la enseñanza adecuada de los fundamentos técnicos por parte de los directivos de las categorías formativas.
- Incertidumbre sobre el desarrollo de la condición física del jugador de fútbol sub 7.

4. DISEÑO DE LA PROPUESTA: METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA DEL JUGADOR DE FÚTBOL CATEGORÍA 7 AÑOS.

MODELACIÓN:

Modelación del programa para el desarrollo de la condición física en la categoría Sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta

DIAGNÓSTICO DE LA CONDICIÓN FÍSICA

Filosofía de la Iniciación Deportiva. (Rectoría del entrenamiento)	Exigencias actuales del fútbol. (Visión desde la iniciación)	Contenidos del entrenamiento (De acuerdo a la Filosofía)	Condición física. (De acuerdo a la visión)	Métodos (De acuerdo a los contenidos del entrenamiento)
- Formación sobre el resultado. - Relaciones humanas. - Espíritu de equipo y la diversión. - Aprendizaje a través del juego	- Posesión positiva del balón. - Distribución del juego. - Capacidad de reflexión. - concepto de preparación física "integrada" - Cualidades volitivas (Motivación)	- Los juegos reducidos - Los juegos de entrenamiento. - El aprendizaje de los gestos técnicos. - Técnica de Base. - Juegos de estimulación alternados con ejercicios - Equipos equilibrados. El entrenador: - Insiste en el lado lúdico y organiza a menudo pequeños partidos. - Ofrece una enseñanza adaptada al nivel de los participantes. - Fomentar sentimientos de seguridad (aceptación) - Una buena auto valoración - Sentimientos de Pertenencia.	- Mejora de las capacidades coordinativas y a la ampliación del repertorio de movimientos, - coordinación (técnica) y la condición física se han de desarrollar siempre en paralelo, - Centrarse en la formación óptima de las destrezas y técnicas deportivas y en el incremento del acervo motor. El entrenamiento de las capacidades físicas tiene lugar en paralelo a este proceso, - hacer hincapié en el trabajo de coordinación, equilibrio (estático y dinámico) - equilibrio en la distribución de cada tipo de ejercicios, Lo general siempre tiene que anteceder a lo específico.	- Situaciones controladas de juego: - Grupos Homogéneos. - Asignación de tareas - Espacios reducidos - Métodos de enseñanza: - Explicación demostración y por modelos global - Mando Directo. - Enseñanza Recíproca. - Asignación de Tareas. Descubrimiento guiado - Método natural de Hebert

Capacidades Físicas Básicas	Aprendizaje y desarrollo técnico	Métodos y procedimientos
Resistencia	1. Conducción del balón	Adaptación de los métodos y procedimientos, en base a los juegos y teniendo en cuenta las necesidades de desarrollo, y actividades de conducción del balón con cambios de dirección y obstáculos
	2. Golpeo del balón con diferentes partes del pie	
	3. Pase y recepción del balón	En formas jugadas simplificadas juegos en espacios reducidos, juegos con grupos homogéneos
Velocidad	4. Regates sencillos	
Resistencia – Velocidad Integración técnica y condición física	5. Posiciones y desplazamientos.	Juegos con cambios de posición. Juegos con tareas especiales.
	6. Desplazamientos con y sin balón	
– Velocidad Integración técnica y condición física	7. Ubicación en el terreno-vista periférica	Juegos con cambios de posición al ataque y a la defensa.
Fuerza	8- Juego	Ejercicios con el balón efectuando saltitos, regates cortos, con intensidad.

La intensidad del entrenamiento será controlada a partir de la evaluación de la actividad y el estado anímico de los jugadores (nivel de motivación y rendimiento motor), Para ello el entrenador tiene que ser un profundo conocedor de las características motrices y psicológicas del niño e intercalar cambios de actividad y tareas a cumplir, así como una valoración constante de los aspectos positivos de los niños, relegando la corrección de errores a conocimiento de resultados (no hacer énfasis en señalar lo mal hecho – corrección de errores – sino partir de lo que se ha hecho bien, y/o como lo puede mejorar aún más), en el niño esto es muy importante por su carga de motivación positiva.

Composición y procedimientos.

Semanas – 16 (tres frecuencias de clases semanales) Cantidad de clases = 48 (90 min. c/u – actividad motriz que debe ser manejada por el profesor con intervalos de charlas y cambios de tareas y orientaciones, de manera que controle la intensidad y facilite la recuperación del niño – Tiempo máximo de actividad continua 10 minutos).

CONCLUSIONES:

- Se elaboró una metodología bajo la fundamentación de los antecedentes teóricos y metodológicos que permitió identificar los aspectos trascendentes que dieron base a la misma.
- Los aspectos teórico metodológicos fueron los siguientes:
 - a) Integración de los aspectos técnicos, tácticos, físicos y mentales.
 - b) Preparación física "integrada, El juego, como principal herramienta y la aplicación del método naturalista de Hébert
 - c) Las responsabilidades del profesor.
 - d) La integración de los contenidos y conocimientos básicos y las exigencias actuales del fútbol: (adaptadas a la formación inicial del futbolista).
- Se caracterizó el estado actual de la preparación del futbolista categoría 7 años del Independiente Sporting Club de Manta, encontrándose las siguientes deficiencias: Aplicación empírica del entrenamiento, con poca adecuación a las características de los niños y a la teoría y metodología específica, aunque esta es relativamente escasa y dispersa.
- La metodología adoptada cumple con los requerimientos del desarrollo motor, edad y la iniciación deportiva, basado en la teoría fundamentada.
- La evaluación por medio de la consulta a expertos arrojó que la metodología adoptada era adecuada, necesaria y novedosa

RECOMENDACIONES:

- Llevar a la práctica para verificar la validez de la propuesta.
- Lograr una capacitación sobre la metodología a los entrenadores de estas categorías de iniciación.
- Actualizar cada tres meses el diagnóstico o estudio del estado de desarrollo de la condición física de los futbolistas sub 7.
- Utilizar al máximo las posibilidades de individualización por una parte y la aplicación del juego en grupos homogéneos.
- Recopilar datos que posibiliten un seguimiento sistemático de la condición física de este grupo de edades.

BIBLIOGRAFÍA

- Alahorro, F., Torres, Luque., Lara, A., Zagalaz, M. (2011). Parámetros relacionados con la preparación física del futbolista de competición. Journal of Sport and Health Research, University of Jaén.Spain
- Arroyo, R.J. (2012). La iniciación deportiva y su incidencia en el desarrollo de los fundamentos del futbol en las categorías sub 8 y sub 10 de la academia Jonathan arroyo de la ciudad de Latacunga. (Tesis de pregrado), Universidad Técnica de Ambato, Ambato.
- Benedek, A. (2010). Fútbol Infantil, Barcelona, España, Editorial Paidotribo
- Borzi, C. (2011) Fútbol infantil - Entrenamiento programado, Argentina, Editorial Stadium.
- Carrasco, D. D. (2005). Desarrollo motor, Madrid, España.
- Cueva, J. G. (2015). Estudio de la aplicación del proceso de enseñanza y aprendizaje del fútbol a los niños de 8 a 12 años del club de fútbol de la escuela particular liceo International Eton School, (Tesis de pregrado), Universidad Central Del Ecuador, Quito.
- Barrios, D. J., Franco, M. A. (2011). Características morfológicas, motoras y de condición física de los niños escolares entre 6-12 años del municipio de cerrito-valle como criterio para la selección deportiva. (Tesis de pregrado), Universidad del Valle, Santiago de Cali.
- Dallo, A. R. y Masabeu. E. J.(s/f). La motricidad en las diferentes etapas del desarrollo humano.
- Detlev, B. (2004). Entrenamiento para menor y jóvenes, Barcelona, España, Editorial Paidotribo
- FIFA. (s/f). Juegos con efectivos reducidos y preparación física integrada. 100 juegos de entrenamiento.
- Gálvez E. N. (2011). El método natural de Georges Hébert: una aproximación a la Educación Física en el Real Decreto de Educación Española. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, Nº 160,

Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd160/el-metodo-natural-de-georges-hebert.htm>.

- Giménez, G. y Castillo, E. (2002). El tratamiento de la iniciación deportiva en la revista 'Lecturas: Educación Física y Deportes' desde su inicio hasta la actualidad. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 44.
- Jadán Juela Henry Norberto, (2012) *en la Parroquia Ricaurte*, (tesis de licenciatura). Cuenca-Ecuador.
- Lara, L. (2011). Alternativa metodológica formación de una escuela de fútbol base para niños y niñas en edades entre 6 y 12 años para la superación profesional, a partir de las competencias profesionales específicas del entrenador de fútbol categoría 13 – 15 años. (Tesis doctoral). ISCF, La Habana, Cuba.
- López E. W. y Rivera, O. E. (2010). Conocimiento de la iniciación deportiva del fútbol por parte de los entrenadores en las categorías sub 8 y sub 10 de la corporación de centros infantiles del ecuador y propuesta alternativa (Tesis de pregrado) Universidad Técnica del Norte.
- Maganto, C. y Cruz, S. (s/f). Desarrollo físico y psicomotor en la primera infancia. Facultad de Psicología.
- Makarenko, L.P. (1990). El nadador joven. Moscú.
- Noa, H. (s/f). El talento deportivo - selección e iniciación al alto rendimiento, la Habana, Cuba.
- Pochettino, J. P. (2011). Fútbol formativo - Teoría del entrenamiento de la coordinación. Recuperado de <http://www.futbolformativo.com.ar/2011/05/teoria-del-entrenamiento-de>
- Rivas, M. (s/f). Guía Didáctica para la Enseñanza de la Técnica (Niños y Adolescentes de 8 a 16 años), Escuela de Ciencias del movimiento Humano y Calidad de Vida, Costa Rica.
- Rivas, Milton, Sánchez, E. (2013). Fútbol - Entrenamiento actual de la condición física del futbolista MH Salud, vol. 10, núm. 2, pp. 1-131 Universidad Nacional Heredia, Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=237029450003>

- Sidotti, C. D. (2012). La preparación física En el fútbol infantil. Revista de entrenamiento, diciembre 2012, Vol. 4, número 15. Instituto Superior De Deportes Crisólogo Larralde 1, Buenos Aires.
- Vallejo, L. (2002). Desarrollo de la condición física y sus efectos sobre el rendimiento corporal de niños futbolistas. (Tesis doctoral), Universidad Autónoma de Barcelona.
- Vegas, G. (2006). Metodología de la enseñanza basado en la implicación cognitiva del jugador del fútbol base. Universidad de Granada, España. Web
- Kirolgela (s/f). Cómo Preparar un equipo de Fútbol Infantil. "Entrenadores de fútbol", recuperado de <http://entrenadordefutbol.blogia.com/>)www.futbolsesion.com
- Weineck J. (2005) Entrenamiento total.

Anexo 1

Encuesta

Encuesta para recoger información sobre aspectos del desarrollo del entrenamiento en la iniciación deportiva, en la disciplina del fútbol:

Hipótesis: Los entrenadores que trabajan con niños de iniciación deportiva pueden brindar una información real sobre las indicaciones metodológicas y formas de trabajo con la iniciación deportiva en el fútbol. La encuesta es anónima. Muchas gracias por su colaboración – **Duración aproximada** 15 minutos.

- 1- ¿Qué metodología usted aplica para alumnos en iniciación deportiva de 7 años?
- 2- ¿Tiene usted información válida sobre el tratamiento metodológico a las edades de iniciación deportiva?
- 3- ¿Cómo evalúa usted el desarrollo de los niños de iniciación deportiva?
- 4- ¿Cuáles son las características o acentos del entrenamiento deportivo con las edades tempranas?
- 5- ¿Cuál es su opinión en relación con la edad para la iniciación deportiva?
- 6- ¿Qué metodología utiliza usted en la iniciación deportiva?
- 7- ¿Qué fundamentos técnicos y en qué condiciones lo desarrollaría usted?
- 8- ¿Qué métodos aplicaría usted para el desarrollo de la condición física de los niños en iniciación deportiva?

Esta encuesta se aplicó a 8 entrenadores de escuelas de fútbol y se obtuvieron los siguientes resultados:

Anexo 2

CURRÍCULUM DE EXPERTO.

Edad: _____

Especialidad: _____

Año de graduado: _____

Centro de trabajo: _____

Ocupación: _____

Años de experiencia en el trabajo con niños: _____

Participación

En competencias: _____

Estudios o actualizaciones teóricas realizadas mediante consultas bibliográficas:

Para conocer su valoración acerca de la metodología presentada y las indicaciones didáctico - metodológicas para su tratamiento en la iniciación deportiva sub 7, es necesario que marque con una (X) en la casilla que responda a un grado de conocimiento que usted considere tener sobre el tema. El valor más alto indica mayor grado de conocimiento.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

FUENTES DE ARGUMENTACIÓN	Grado de influencia de cada una de las fuentes en su criterio.		
	ALTO	MEDIO	BAJO
Análisis teóricos realizados por usted.			
Sus experiencias obtenidas en el problema.			
Trabajos nacionales consultados acerca de la temática tratada.			
Trabajos extranjeros consultados acerca de la temática tratada.			
Su experiencia general.			
Su intuición.			

Anexo 3

ENCUESTA PARA EXPERTOS.

Como parte del trabajo de investigación que se desarrolla sobre la propuesta se les pide su colaboración como expertos para que exprese sus criterios y valoraciones de la propuesta presentada, las que serán de gran valor científico y metodológico por su experiencia profesional.

EXPRESA SUS CRITERIOS SOBRE LAS PROPUESTAS DE LA METODOLOGÍA CON RELACIÓN A:

CRITERIOS	Muy Adecuada	Adecuada	Poco Adecuada	Inadecuada
1. Ajuste a los objetivos declarados la propuesta metodológica				
2. Comprensión de los indicadores que sustentan la propuesta				
3. Exigencias con relación a:				
3.1. La confección de la metodología.				
3.2. Conversión de los indicadores de la propuesta.				
3.3. Métodos de aplicación en la propuesta				
3.4. Cálculo de la intensidad de la clase entrenamiento				
3.5. Ajuste a la realidad objetiva				

1. Otras observaciones que considere conveniente ofrecer con relación a la propuesta presentada.
2. Cómo valoras las indicaciones metodológicas que se proponen para el trabajo con estos niños: (puede marcar todas las que considere)

____ Suficientes ____ Necesarias ____ Repetitivas ____ Inadecuadas

____ No ajustadas a las necesidades de los niños ____ Incomprensibles.

____ Útiles para el trabajo del profesor ____ Novedosas ____ Importante.

Otras: _____

Anexo 4

5. EVALUACIÓN DE LA PERTINENCIA Y EFICACIA DE LA METODOLOGÍA PROPUESTA

Criterio de expertos:

Para hacer objetiva la selección de los expertos se utilizó el procedimiento de la autovaloración acerca de su competencia, determinando el llamado coeficiente de competencia K_c y las fuentes que le permitieron argumentar sus criterios K_a . El coeficiente de argumentación trata de estimar a partir del análisis del propio experto, el grado de fundamentación de sus criterios. La competencia del experto está dada por un nivel de calificación de la esfera del conocimiento. El coeficiente de competencia se determina por la fórmula $K = (K_c + K_a) / 2$ y empleando una escala conveniente. Este coeficiente debe estar entre 0,85 y 1, para que el experto sea seleccionado.

Se realizó una preselección de 15 expertos recogiendo el currículum, lo cual permitió, determinar el coeficiente de competencia K , dando como resultado que 8 cumplieran con el coeficiente de competencia para poder ser seleccionados en la muestra de expertos.

Los especialistas declarados expertos poseen una experiencia profesional promedio de 10 años ejerciendo docencia, han impartido cursos de iniciación en el fútbol infantil y han sido atletas con un alto nivel de calidad, tienen estudios realizados acerca de la educación física y el deporte, y consultada bibliografía sobre el tema en textos de otros países.

Una vez conformado el grupo de expertos se le entregó la propuesta de ejercicios y las recomendaciones para su tratamiento a cada uno. Sus criterios se recogen en una encuesta obteniéndose como resultados los elementos siguientes.

a) Con relación a los problemas propuestos se tomó la media de las respuestas dadas para cada exigencia planteada y existe coincidencia en que:

- Se ajustan los problemas a los objetivos declarados en la propuesta metodológica presentada.
- Existe plena comprensión de los indicadores seleccionados para la modelación de la propuesta metodológica.
- Son adecuadas las exigencias de los ejercicios en cuanto a:
 - ✓ Métodos propuestos
 - ✓ Contenidos
 - ✓ Filosofía de la iniciación que en un alto % calificaron de novedosa.
 - ✓ Cálculo o control de la intensidad del entrenamiento, así como de los tiempos propuestos.

b) El siguiente análisis argumenta que las valoraciones de los expertos sobre las indicaciones didácticas que se proponen para el trabajo con estos niños, considerándolas necesarias, importantes, novedosas y útiles para el trabajo del profesor.

Expertos	Indicadores
1	0,5
2	0,6
3	0,6
4	0,5
5	0,5
6	0,6
7	0,5
8	0,5
Media	0,54
Varianza	0.003
Desviación típica	0.054772
Coeficiente de variación	0.101429

La encuesta presentada a los expertos, después de haber sido comentada con otros profesores para establecer su confiabilidad, es adecuada, ya que recoge los aspectos

fundamentales que se requieren para ser un profundo conocedor de los aspectos abordados en el tema de investigación, así como las preguntas dirigidas a conocer su opinión acerca de la calidad e importancia de utilizar una filosofía y una metodología apropiada para la edad de futbolistas sub 7.

Como se muestra el coeficiente de variación dio como resultado 0,101 muy cerca de 0,10 que es el valor por el cual hay que guiarse, esto significa que hay bastante concordancia en las respuestas de los expertos, por lo que se establece que los problemas propuestos vinculados con la práctica y las indicaciones metodológicas propuestas para su tratamiento pueden tenerse en cuenta por los entrenadores al trabajar este contenido en la iniciación deportiva.

En la escala se muestra el valor promedio de la autoevaluación

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
							8,31		

FUENTES DE ARGUMENTACIÓN	Grado de influencia de cada una de las fuentes en su criterio.		
	ALTO	MEDIO	BAJO
Análisis teóricos realizados por usted.		X	
Sus experiencias obtenidas en el problema.	X		
Trabajos nacionales consultados acerca de la temática tratada.			X
Trabajos extranjeros consultados acerca de la temática tratada.		X	
Su experiencia general.	X		
Su intuición.	X		

Propuestas de la metodología.

CRITERIOS	Muy Adecuada	Adecuada	Poco Adecuada	Inadecuada
1. Ajuste a los objetivos declarados la propuesta metodológica	6	4		
2. Comprensión de los indicadores que sustentan la propuesta	7	3		
3. Exigencias con relación a:				
3.1. La confección de la metodología.	8	2		
3.2 Conversión de los indicadores de la propuesta.	7	3		
3.3 Métodos de aplicación en la propuesta	9	1		
3.4 Cálculo de la intensidad de la clase entrenamiento	7	2	1	
3.5 Ajuste a la realidad objetiva	8	1	1	

Resultados del criterio o consulta de expertos:

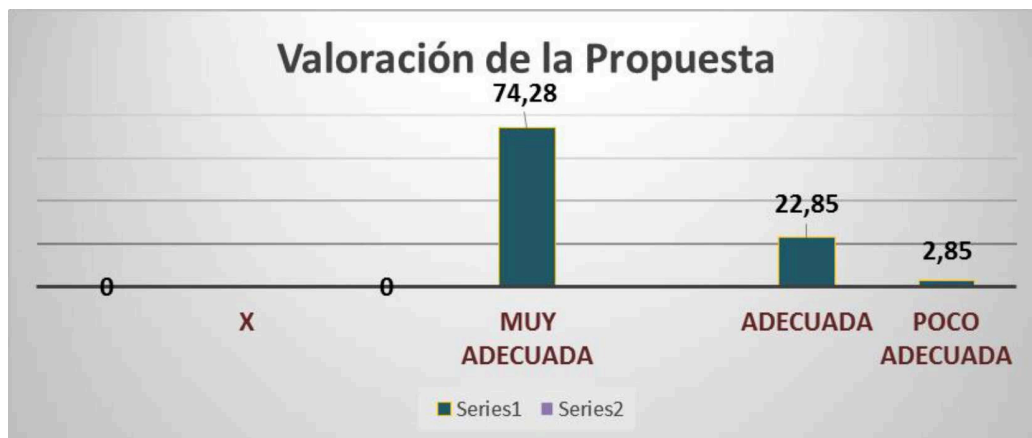
c) Con relación a los problemas propuestos se tomó la media de las respuestas dadas para cada exigencia planteada y existe coincidencia en que:

- Se ajustan los problemas a los objetivos declarados en la propuesta metodológica presentada.
- Existe plena comprensión de los indicadores seleccionados para la modelación de la propuesta metodológica.
- Son adecuadas las exigencias de los ejercicios en cuanto a:
 - ✓ Métodos propuestos
 - ✓ Contenidos
 - ✓ Filosofía de la iniciación que en un alto % calificaron de novedosa.
 - ✓ Cálculo o control de la intensidad del entrenamiento, así como de los tiempos propuestos.

Por otra parte, las valoraciones de varianza, desviación típica y coeficiente de variación muestran una buena concordancia entre los expertos.

Las valoraciones de los expertos consideran que:

Las indicaciones didácticas que se proponen en el trabajo con la categoría sub 7 del Independiente Sporting Club de Manta, son considerablemente necesarias, importantes, novedosas y útiles para el entrenador. Y De 70 opiniones en cuanto a ajuste a los objetivos de la propuesta, comprensión de los indicadores que sustentan la propuesta, la confección de la metodología, conversión de los indicadores de la propuesta, conversión de los indicadores de la propuesta, métodos de aplicación en la propuesta, cálculo de la intensidad de la clase entrenamiento, ajuste a la realidad objetiva. El 74,28 % la consideró de muy adecuada, el 22,85 adecuada, y el 2,85 la evaluó de poco adecuada.



Al valorar las indicaciones metodológicas, lo hicieron de la siguiente forma:
Necesarias, útiles para el trabajo del profesor – Novedosas - e importantes