



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

**Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Física y Deportes**

Capacidades físicas coordinativas en el inicio del fútbol de estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José de San Martín, año 2024

Tesis

**Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física y
Deportes**

Autor

Rossembel Toribio Rodríguez Trejo

Asesora

Dra. Tania Mirtha Condor Peraldo

Huacho – Perú

2026





Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales.

Sin Derivadas: Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

INFORMACIÓN DE METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Rossembel Toribio Rodriguez Trejo	46962295	19/12/2025
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Tania Mirtha Condor Peraldo	41544567	https://orcid.org/0000-0002-0477-4068
DATOS DE LOS MIEMROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CODIGO ORCID
Dr. Dante De La Cruz Pardo	15727305	https://orcid.org/0000-0002-1929-6505
M(o). Raul Eduardo Palacios Serna	15727277	https://orcid.org/0000-0001-5132-3916
M(o). Teobaldo Noreño Susanibar Hoces	15688490	https://orcid.org/0000-0002-2540-0233

Dice:

CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL INICIO DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE LA I.E GENERALÍSIMO DON JOSÉ DE SAN MARTÍN, AÑO 2024

Debe decir:

CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL INICIO DEL FÚTBOL DE ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE LA I.E GENERALÍSIMO DON JOSÉ DE SAN MARTÍN, AÑO 2024

Rossembel Toribio Rodriguez Trejo 2025-093834

CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL INICIO DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE LA I.E GENE...

-  Quick Submit
-  Quick Submit
-  Facultad de Educación

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:old::1:3409863945

Fecha de entrega

13 nov 2025, 3:50 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

14 nov 2025, 9:14 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESIS_RODRIGUEZ_TREJO_UT.pdf

Tamaño del archivo

1.3 MB

55 páginas

10.391 palabras

64.309 caracteres


20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▾ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

19%  Fuentes de Internet

6%  Publicaciones

13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A mis padres y familiares, quienes con su apoyo constante me motivaron a seguir adelante incluso en los momentos más difíciles. Este logro es fruto de su fe en mí y de los valores que me inculcaron.

Rossembel Toribio Rodríguez Trejo

AGRADECIMIENTO

Mi más sincero agradecimiento a mi asesora de tesis, por su apoyo constante, guía oportuna y exigencia académica, que me motivaron a dar lo mejor de mí.

Rossembel Toribio Rodriguez Trejo

ÍNDICE

DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE	vii
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	14
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	17
1.3.1 Objetivo general	17
1.3.2. Objetivos específicos.....	18
CAPITULO II. MARCO TEORICO	21
2.1. Antecedentes de la investigación.....	21
2.1.1. Investigaciones internacionales	21
2.1.2. Investigaciones nacionales.....	23
2.2. Bases teóricas.....	24
2.3. Bases Filosóficas	35
2.4. Definición de términos básicos.	36
2.5. Hipótesis de investigación.....	37
2.6. Operacionalización de las variables	37
CAPITULO III. METODOLOGÍA	40
3.1. Diseño metodológico	40
3.2 Población y Muestra.....	40

3.2.1. Población.....	40
3.2.2. Muestra	40
3.3. Técnicas de recolección de datos.....	40
3.4. Técnicas para el procesamiento de la información.....	41
CAPITULO IV. RESULTADOS.....	42
CAPITULO V. DISCUSIÓN	48
CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	50
6.1. Conclusiones	50
6.2. Recomendaciones	51
CAPITULO VII. REFERENCIAS.....	53
5.1. Fuentes bibliográficas	53
ANEXO	55

INDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	42
Tabla 2.....	42
Tabla 3.....	43
Tabla 4.....	44
Tabla 5.....	45
Tabla 6.....	46

INDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1 Nivel en Capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol</i>	43
<i>Figura 2 Nivel en Coordinación motriz.....</i>	44
<i>Figura 3 Nivel en Equilibrio corporal.....</i>	45
<i>Figura 4 Nivel en Velocidad de desplazamiento y reacción.....</i>	46
<i>Figura 5 Nivel en Agilidad y cambio de dirección.....</i>	47

RESUMEN

Informe: “Capacidades físicas coordinativas en el inicio del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024”. Objetivo: Determinar el nivel de capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado. Metodología sigue el enfoque cuantitativo, de diseño descriptivo, utiliza un diseño no experimental, se observan fenómenos tal como ocurren en su contexto natural para su análisis. Muestra: 32 escolares que fueron evaluados a través de la técnica de observación, concluyendo que, los estudiantes de sexto grado de la I.E. Generalísimo Don José de San Martín, el 46.87 % presenta un nivel que “siempre” desarrollan capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol, lo que indica una alta frecuencia en la ejecución de habilidades. Un 43.75 % se ubica en el nivel “a veces”, evidenciando que, aunque poseen estas capacidades, su aplicación es intermitente y podría beneficiarse de mayor estimulación y entrenamiento. Finalmente, el 9.38 % se encuentra en el nivel “nunca”, reflejando una ausencia o muy baja manifestación de estas destrezas, lo que podría limitar su desempeño futbolístico y requerir intervenciones pedagógicas específicas para su desarrollo.

Palabras clave: Capacidad física, coordinación, fútbol.

ABSTRACT

Report: "Physical coordination skills at the beginning of soccer in sixth-grade students at the I.E. Generalísimo Don José de San Martín, year 2024." Objective: To determine the level of basic motor skills for the practice of soccer in sixth-grade students. The methodology follows a quantitative approach with a descriptive design and uses a non-experimental design. The phenomena are observed as they occur in their natural context for analysis. Sample: 32 schoolchildren were evaluated through the observation technique. It was concluded that 46.87% of sixth-grade students at the I.E. Generalísimo Don José de San Martín present a level where they "always" develop basic motor skills for the practice of soccer, indicating a high frequency of skill execution. 43.75% are at the "sometimes" level, evidencing that, although they possess these skills, their use is intermittent and they could benefit from greater stimulation and training. Finally, 9.38% are at the "never" level, reflecting an absence or very low level of these skills, which could limit their soccer performance and require specific educational interventions for their development.

Keywords: Physical ability, coordination, soccer.

INTRODUCCIÓN

El fútbol es mucho más que un deporte popular: es una oportunidad para que niños y niñas desarrollen habilidades físicas clave desde temprana edad. En especial, las capacidades coordinativas —como el equilibrio, la orientación en el espacio, el ritmo, la coordinación general y la precisión en los movimientos— juegan un papel esencial en esta etapa inicial. Para los estudiantes de sexto grado de primaria, que están en pleno proceso de maduración motriz, trabajar estas habilidades de forma adecuada les ayuda no solo a mejorar su técnica futbolística, sino también a fortalecer su rendimiento físico y mental.

En el entorno escolar, enseñar fútbol no debería limitarse a formar futuros atletas. También se trata de inculcar hábitos saludables, fomentar la actividad física regular y transmitir valores como el respeto, la disciplina y el trabajo en equipo. Sin embargo, en muchas escuelas, el desarrollo de las capacidades coordinativas no recibe la atención que merece. A menudo se entrena de forma superficial o sin una planificación clara, lo que puede afectar el progreso técnico de los estudiantes a largo plazo.

Por eso, es fundamental repensar cómo se enseña fútbol en primaria. Integrar metodologías pedagógicas que incluyan ejercicios específicos para estimular estas capacidades desde el inicio puede marcar una gran diferencia. Estudiar el nivel de coordinación física en estudiantes de sexto grado permite entender mejor sus necesidades, detectar posibles dificultades y diseñar estrategias que los ayuden a avanzar.

Este trabajo de investigación busca justamente eso: demostrar por qué es tan importante fortalecer las capacidades coordinativas en las primeras etapas del aprendizaje

futbolístico. Al hacerlo, no solo se mejora el rendimiento deportivo, sino que se contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, tanto dentro como fuera del aula.

El presente trabajo de investigación se estructura en seis capítulos.

En el Capítulo I, se desarrolla el planteamiento del problema, donde se describe la situación actual, se formulan los objetivos y se justifica la importancia del estudio.

El Capítulo II presenta el marco teórico, abordando los antecedentes, bases conceptuales y fundamentos científicos relacionados con las capacidades físicas coordinativas y el inicio del fútbol.

En el Capítulo III, se expone la metodología empleada, detallando el tipo y diseño de investigación, la población y muestra, así como las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos.

El Capítulo IV contiene los resultados obtenidos a partir del análisis de la información recolectada.

En el Capítulo V, se discuten los hallazgos, contrastándolos con la teoría y estudios previos.

Finalmente, el Capítulo VII presenta las conclusiones y recomendaciones, orientadas a mejorar la práctica y el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en el contexto escolar.

CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

Las capacidades motrices básicas son habilidades fundamentales que constituyen la base para el desarrollo de movimientos más complejos y específicos en cualquier disciplina deportiva. En el caso del fútbol, estas capacidades adquieren especial relevancia, ya que el juego exige una gran variedad de acciones coordinadas, rápidas y eficaces que deben ejecutarse en contextos cambiantes y con alta exigencia física. Las principales capacidades motrices básicas que intervienen en el fútbol son la coordinación, el equilibrio, la velocidad, la fuerza y la agilidad.

El buen desarrollo de estas capacidades motrices básicas favorece significativamente el rendimiento en el fútbol y en otros deportes, ya que proporciona una base sólida para ejecutar movimientos con precisión, rapidez y coordinación. Estas habilidades mejoran la técnica, previenen lesiones y permiten una adaptación eficaz a diversas situaciones de juego. Además, fomentan la confianza corporal, el autocontrol y la toma de decisiones motriz, aspectos fundamentales no solo en el fútbol, sino en disciplinas como el baloncesto, atletismo, voleibol y gimnasia.

En el ámbito educativo y deportivo de América Latina, diversas investigaciones han demostrado que el desarrollo de las capacidades motrices básicas es un componente esencial en la formación integral de los estudiantes, particularmente en la etapa de educación primaria. Estudios como el de González y Castaño (2017) en Colombia y Andrade & Ríos (2019) en Ecuador, señalan que muchos escolares presentan deficiencias en la coordinación, el equilibrio y la agilidad, lo que limita su desempeño en actividades físicas y deportivas

como el fútbol. Estas carencias suelen estar asociadas a la falta de programas sistemáticos de educación física, al uso de metodologías poco activas y a la escasa atención que se brinda al desarrollo psicomotor en las escuelas. En consecuencia, el rendimiento técnico en deportes como el fútbol se ve comprometido, y con ello, se limita el desarrollo de competencias motoras clave para su crecimiento físico y emocional.

En el Perú, según la Encuesta Nacional de Actividad Física y Hábitos de Vida Saludable del Perú (2021), realizada por el Instituto Peruano del Deporte (IPD), se encontró que, el 52.4% de los peruanos mayores de 18 años practica algún tipo de deporte o actividad física. De ese grupo que sí practica deporte, el 42.0% declaró que practica fútbol, lo que lo convierte en el deporte más practicado en el país. Esto significa que aproximadamente 1 de cada 5 peruanos (22%) practica fútbol de forma regular, considerando el porcentaje sobre el total encuestado. Esta cifra destaca la importancia del fútbol como eje central en la actividad física nacional, especialmente en estrategias educativas y deportivas dirigidas a niños y jóvenes. (Instituto Peruano del Deporte, 2021)

Los resultados reflejan una realidad alentadora y, al mismo tiempo, desafiante para la promoción del deporte en el Perú. Que el 52.4% de los peruanos practique alguna actividad física indica una conciencia creciente sobre la importancia del ejercicio para la salud y el bienestar. Sin embargo, el otro 47.6% que permanece inactivo representa un sector significativo de la población con riesgo de sedentarismo, enfermedades crónicas y aislamiento social.

El hecho de que el fútbol sea el deporte más practicado (42% entre los activos) evidencia su fuerte arraigo cultural, su accesibilidad y su capacidad para convocar a personas

de todas las edades y regiones. Este hallazgo ofrece una gran oportunidad para utilizar el fútbol como medio educativo, formativo y de integración social, especialmente en el nivel escolar. No obstante, también resalta la necesidad de diversificar las opciones deportivas y garantizar condiciones equitativas para la práctica física, incluyendo infraestructura, docentes capacitados y políticas públicas que fomenten una cultura activa desde la infancia.

Estos resultados invitan a reforzar la educación física en las escuelas, especialmente en primaria, no solo para aprovechar el potencial formativo del fútbol, sino también para atender el desarrollo integral de los estudiantes a través del fortalecimiento de sus capacidades motrices básicas. Esto permitirá formar ciudadanos más saludables, activos y con mejores herramientas para enfrentar los desafíos físicos y sociales del entorno actual.

En base a lo expuesto, se hace evidente la necesidad de realizar el estudio titulado “Capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E. Generalísimo Don José de San Martín”, con el propósito de identificar el nivel de desarrollo de dichas capacidades en los escolares, así como su influencia en el desempeño técnico durante la práctica futbolística. Este estudio permitirá reconocer posibles debilidades motrices que dificulten el aprendizaje deportivo y, a su vez, brindar fundamentos pedagógicos para diseñar estrategias de intervención adecuadas. Además, contribuirá al fortalecimiento de la educación física escolar mediante una propuesta que promueva el desarrollo integral del estudiante, integrando el movimiento, la salud y el juego como ejes centrales de formación.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de Capacidades físicas coordinativas en el inicio del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de Coordinación motriz la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?

¿Cuál es el nivel de equilibrio corporal en la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?

¿Cuál es el nivel de velocidad de desplazamiento y reacción en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?

¿Cuál es el nivel de Agilidad y cambio de dirección en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar el nivel de capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel de Coordinación motriz la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.

Conocer el nivel de equilibrio corporal en la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.

Analizar el nivel de velocidad de desplazamiento y reacción en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.

Evaluar el nivel de Agilidad y cambio de dirección en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.

1.4. Justificación de la investigación

Justificación teórica

La justificación teórica del presente estudio se sustenta en la importancia que tienen las capacidades motrices básicas como fundamento del desarrollo físico y deportivo en la niñez. Autores como Weineck (2013) y Le Boulch (2001) señalan que la coordinación, el equilibrio, la agilidad, la fuerza y la velocidad constituyen la base sobre la cual se construyen habilidades técnicas específicas, como las requeridas en el fútbol. En ese sentido, evaluar estas capacidades en el contexto escolar permite comprender cómo influyen en el rendimiento y en el aprendizaje del deporte. Asimismo, la teoría psicomotriz respalda que un adecuado desarrollo motor favorece no solo el rendimiento físico, sino

también aspectos cognitivos, emocionales y sociales, esenciales en la formación integral del estudiante.

Justificación práctica

La justificación práctica de este estudio radica en su utilidad para mejorar la enseñanza del fútbol en el nivel primario, proporcionando al docente de educación física información precisa sobre el nivel de desarrollo de las capacidades motrices básicas en sus estudiantes. Con estos datos, se podrán diseñar estrategias didácticas más efectivas, adaptadas a las necesidades reales del grupo. Además, los resultados servirán como base para implementar programas de actividad física que fortalezcan la coordinación, el equilibrio, la velocidad, la fuerza y la agilidad, elementos esenciales para una práctica deportiva segura y eficaz. De este modo, se contribuye no solo al rendimiento físico de los escolares, sino también a su salud, autoestima y participación activa en actividades recreativas y deportivas.

1.5.Delimitaciones del estudio

Delimitación Temporal

La presente investigación se desarrolló durante los últimos meses del año 2024, específicamente entre los meses de octubre y diciembre. Este periodo fue seleccionado por coincidir con el cierre del año escolar, momento en el cual los estudiantes han desarrollado con mayor regularidad sus sesiones de educación física, lo que permite obtener observaciones más representativas de sus capacidades motrices en relación con la práctica del fútbol.

Delimitación Espacial

El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Generalísimo Don José De San Martín, ubicada en la región correspondiente. Esta escuela fue seleccionada por contar con un programa activo de educación física, infraestructura adecuada para la práctica deportiva y por el interés de su comunidad educativa en fomentar la actividad física en los escolares.

Delimitación Social

La población objetivo del estudio estuvo conformada por estudiantes del nivel primario, específicamente del sexto grado de educación básica regular. Esta población representa un grupo clave, ya que se encuentra en una etapa de desarrollo motriz consolidada.

1.6. Viabilidad del estudio

La viabilidad del estudio es alta, ya que se cuenta con el acceso a la institución educativa y la disposición del personal docente para colaborar en la recolección de datos. Además, los instrumentos a utilizar, como la lista de cotejo y las sesiones de observación, son de fácil aplicación. El estudio no requiere recursos costosos y se ajusta al cronograma académico, lo que garantiza su factibilidad en tiempo y ejecución.

CAPITULO II. MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Mosquera (2022) “Importancia de las capacidades coordinativas especiales en el tiro a portería de los futbolistas sub-12”. La presente investigación documental tuvo como objetivo fundamentar la importancia del entrenamiento de las capacidades coordinativas especiales en el tiro a portería de futbolistas Sub-12. Utilizando métodos teóricos como el analítico-sintético y el inductivo-deductivo, se desarrolló una revisión de literatura con base en datos secundarios. Los hallazgos muestran que la práctica sistemática de ejercicios de coordinación mejora significativamente aspectos técnicos fundamentales como el control, la estabilidad y la precisión del disparo. Se concluye que, en etapas formativas, el desarrollo coordinativo es esencial para optimizar el desempeño técnico en fútbol, especialmente en acciones ofensivas como el tiro a portería.

Rivera (2023) “Experiencia sistematizadora sobre la coordinación futbolística en niños de 6 a 8 años”. Esta sistematización de experiencia, realizada en la Escuela Fiscal Mixta “Luis Napoleón Dillón” con 66 niños de 6 a 8 años, tuvo como objetivo principal mejorar la coordinación motora a través de ejercicios orientados al fútbol. El estudio, de enfoque cualitativo, identificó una deficiencia en la enseñanza de la educación física en la institución, lo que motivó el diseño e implementación de actividades lúdicas específicas para fortalecer la coordinación óculo-pédica y general. Los resultados evidenciaron una mejora progresiva en el dominio y control del balón, así como en la ejecución motriz, resaltando la utilidad del fútbol como medio pedagógico para potenciar habilidades motoras básicas en edades tempranas.

Moscoso (2015) “Los ejercicios de coordinación y su incidencia en la técnica del portero, en los jugadores del Club Deportivo Plus Ultra en la categoría 10-12 años”. Esta investigación tuvo como objetivo determinar la incidencia de los ejercicios de coordinación en la técnica del portero, en jugadores del Club Deportivo Plus Ultra, categoría 10-12 años. El estudio, de tipo descriptivo-explicativo, con diseño documental y de campo, utilizó test aplicados a 18 deportistas antes y después de una intervención basada en ejercicios coordinativos. Los resultados mostraron inicialmente un bajo nivel de coordinación, pero tras la aplicación del programa, se evidenció una mejora significativa en la ejecución técnica del portero. La investigación concluye que la coordinación motriz es determinante en la preparación técnica y debe ser integrada de manera sistemática en los entrenamientos futbolísticos desde edades tempranas.

Amaguaña (2025) realizó un estudio titulado “*El fútbol y el desarrollo de habilidades motrices básicas en la infancia: Revisión sistemática*”, cuyo objetivo fue analizar el impacto del fútbol en el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños. La metodología consistió en una revisión sistemática bajo el protocolo PRISMA, con una búsqueda de estudios publicados entre 2019 y 2024 en las bases de datos Scielo, Scopus y Latindex, seleccionando cinco artículos tras aplicar criterios de inclusión y exclusión. La muestra fue teórica-documental, centrada en niños de educación primaria. Los resultados demostraron que la práctica del fútbol mejora significativamente habilidades como el equilibrio, coordinación y patrones básicos de movimiento, además de reforzar la autoestima y motivación en los menores. Se concluye que el fútbol representa una herramienta efectiva en la formación integral del niño, potenciando tanto su desarrollo motor como socioemocional,

recomendándose su integración en las sesiones de Educación Física escolar para mejorar el rendimiento y la calidad educativa en la infancia.

2.1.2. Investigaciones nacionales

Chambergó (2019) “Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 10 años del nivel primario”. Este trabajo académico tuvo como finalidad analizar el desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 10 años del nivel primario. Con un enfoque teórico y descriptivo, se revisaron fundamentos esenciales de la educación física, la coordinación motriz y las habilidades físicas básicas, destacando la importancia de aplicar estrategias y entrenamientos acordes a las etapas de desarrollo. La monografía pone énfasis en la necesidad de una formación docente adecuada en educación física para asegurar el progreso físico y motriz de los estudiantes. Se concluye que la correcta implementación de actividades físicas influye positivamente en el rendimiento motor y en el bienestar integral del niño.

Bustinza y Oseda (2021) desarrolló la investigación titulada “Habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos del fútbol en niños de instituciones educativas de primaria, Puno”. Con el objetivo de establecer la relación entre el desarrollo de habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes de primaria. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, con diseño no experimental y de tipo transversal. La muestra estuvo conformada por 64 estudiantes varones del sexto grado de primaria de dos instituciones educativas públicas de Puno. Se utilizaron fichas de observación y rúbricas para evaluar tanto las habilidades motrices (coordinación, equilibrio, desplazamiento) como los fundamentos técnicos del fútbol (conducción, pase, recepción y remate). Los resultados mostraron una correlación positiva significativa entre las habilidades motrices básicas y el rendimiento técnico en fútbol. Se concluye que el fortalecimiento de

dichas habilidades incide directamente en la mejora del desempeño técnico futbolístico, recomendándose su incorporación sistemática en las sesiones de educación física escolar.

Paez (2024) “Habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en niños del CEA - UNE, 2023”. El presente estudio tuvo como propósito determinar la influencia de las habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos del fútbol con balón en niños de 10 a 12 años del Colegio Experimental Aplicación de la UNE, durante el año 2023. Se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional y corte transversal. La recolección de datos se realizó a través de dos cuestionarios aplicados a una muestra conformada por 40 estudiantes de quinto y sexto grado de primaria, integrantes del equipo de fútbol del CEA-UNE. La prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov arrojó una distribución no paramétrica de los datos, lo que motivó el uso del coeficiente Rho de Spearman para la verificación de las hipótesis. Los resultados generales evidenciaron un valor de $p = 0,000$ en la hipótesis principal, lo que permite concluir que existe una relación estadísticamente significativa entre las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol con balón. Esto sugiere que un adecuado desarrollo de capacidades como la agilidad, la coordinación y la velocidad se asocia positivamente con un mejor desempeño técnico en el juego, manifestado en un mayor control del balón, precisión en los pases y efectividad en los tiros.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Capacidades motrices del fútbol

Definición.

Las capacidades motrices son el conjunto de habilidades que permiten al jugador realizar movimientos precisos, coordinados y controlados, fundamentales para ejecutar técnicas del

fútbol como el pase, el remate, la conducción y el dribbling. Estas capacidades permiten una mejor adaptación del cuerpo a las exigencias técnicas del juego. (Chambergo, 2019)

En este mismo sentido, se definen se definen como las cualidades físicas y neuromusculares que permiten la ejecución de acciones coordinadas, rápidas, fuertes y resistentes en el contexto del fútbol. Incluyen la velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación, siendo fundamentales para el rendimiento técnico y táctico de los jugadores. (Mosquera, 2022)

Asimismo, las habilidades motrices básicas, como las manipulativas, locomotrices y de estabilidad, influyen directamente en las habilidades específicas del fútbol, pues constituyen la base para desarrollar los fundamentos técnicos de este deporte. (Amaguaña, 2025)

De manera complementaria, las capacidades motrices, en especial las coordinativas, son aquellas que permiten al futbolista regular y dirigir de forma eficiente sus movimientos corporales en función de una situación de juego, favoreciendo la precisión y la adaptación ante los cambios del entorno dinámico del fútbol. (Moscoso, 2015)

Por otra parte, las capacidades motrices permiten a los niños ejecutar correctamente acciones como correr, saltar, patear y lanzar, las cuales son fundamentales en la práctica del fútbol infantil. (Mena & Acosta, 2024). Por último, las habilidades coordinativas y de equilibrio desarrolladas mediante el fútbol son indispensables para lograr un mejor rendimiento técnico y físico en los niños durante el juego. (Piedra, 2020)

En conclusión, podemos definirla capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol son el conjunto de habilidades físicas fundamentales —como la coordinación, el equilibrio, la velocidad, la fuerza y la resistencia— que permiten ejecutar de manera eficiente y controlada los movimientos esenciales del juego, tales como correr, patear, saltar, driblar y cambiar de dirección. Estas capacidades constituyen la base sobre la cual se desarrollan las habilidades técnicas y tácticas del fútbol, favoreciendo el desempeño deportivo y la adaptación a las distintas exigencias del juego en contextos dinámicos y competitivos

Dimensiones

- **Coordinación motriz:** Se refiere a la capacidad de organizar y sincronizar movimientos corporales para ejecutar acciones técnicas del fútbol, como el pase, el control del balón y el disparo a portería. Esta dimensión incluye la coordinación óculo-pédica y la coordinación general dinámica.

Es una capacidad fundamental en la formación de futbolistas, ya que permite la ejecución eficaz y precisa de movimientos complejos durante el juego. Esta capacidad implica la integración de procesos neuromusculares que controlan el cuerpo en el espacio y en el tiempo, permitiendo al jugador adaptarse a situaciones cambiantes en el terreno de juego. La coordinación se manifiesta en la capacidad para ejecutar movimientos voluntarios con economía de esfuerzo y precisión, y es determinante en deportes como el fútbol, donde los desplazamientos, giros, saltos y contactos con el balón requieren un alto grado de control corporal.

En el contexto del fútbol, la coordinación se expresa en múltiples acciones técnicas, como el control del balón, los regates, los cambios de dirección, los tiros y los pases. Estas acciones requieren una estrecha sincronización entre los sentidos, el

sistema nervioso central y los músculos. Según Weineck (2013), los jugadores que desarrollan una coordinación motriz superior desde etapas tempranas logran mejorar su rendimiento técnico y toman decisiones más rápidas y acertadas durante el juego. Por ello, el entrenamiento de la coordinación debe estar presente de forma continua y progresiva en los programas de formación deportiva, especialmente en categorías formativas.

Además de sus beneficios técnicos, la coordinación motriz influye directamente en la prevención de lesiones y en la economía del movimiento. Una adecuada coordinación permite realizar movimientos más eficientes y seguros, lo que reduce el riesgo de traumatismos derivados de gestos incorrectos o mal ejecutados. De acuerdo con Bompa y Buzzichelli (2019), el entrenamiento coordinativo debe enfocarse en la variedad de estímulos, la estimulación sensorial y la combinación de movimientos, especialmente en niños y adolescentes, para maximizar el desarrollo neuromotor. En conclusión, la coordinación motriz no solo mejora el rendimiento futbolístico, sino que forma parte integral del desarrollo físico y funcional del deportista.

- **Equilibrio corporal:** Evalúa la capacidad del jugador para mantener una posición corporal estable, tanto en situaciones estáticas como en movimiento. Es fundamental para cambios de dirección, recepciones y contactos físicos durante el juego.
es una capacidad motriz básica esencial para el rendimiento en el fútbol, ya que permite mantener la estabilidad del cuerpo en situaciones estáticas y dinámicas, incluso frente a cambios constantes del entorno. Esta habilidad es especialmente importante en acciones como frenar bruscamente, cambiar de dirección, golpear el

balón en el aire o mantener la postura tras una entrada o contacto físico. De acuerdo con Le Boulch (2001), el equilibrio es la base sobre la que se construyen movimientos más complejos, y su desarrollo influye directamente en la seguridad y eficacia de la ejecución técnica.

En el contexto del fútbol, el equilibrio corporal está presente en una amplia variedad de gestos técnicos y tácticos: desde mantener la postura al recibir el balón, hasta ejecutar un disparo en movimiento o esquivar al oponente sin perder el control del cuerpo. Según Weineck (2013), un futbolista con buen equilibrio no solo mejora su rendimiento en el juego, sino que también reduce significativamente el riesgo de lesiones, especialmente en los miembros inferiores, donde se producen la mayoría de los traumatismos. El equilibrio dinámico, en particular, es clave durante los desplazamientos rápidos y las acciones impredecibles del partido.

El entrenamiento del equilibrio corporal debe iniciarse desde las etapas tempranas de formación deportiva, y debe incluir ejercicios que estimulen el control postural, la propiocepción y el fortalecimiento del core. Según Bompa y Haff (2009), el uso de superficies inestables, ejercicios unilaterales y tareas con estímulos visuales y vestibulares son estrategias eficaces para desarrollar esta capacidad. Así, el equilibrio no solo se entrena como una habilidad aislada, sino que se integra dentro del desarrollo general del futbolista, contribuyendo al dominio técnico, la eficiencia biomecánica y la estabilidad emocional ante situaciones de alta exigencia competitiva.

- **Velocidad de desplazamiento y reacción:** Implica la capacidad para ejecutar movimientos rápidos, ya sea en distancias cortas (aceleración) o en respuesta a estímulos visuales o auditivos. Esta dimensión es esencial en situaciones de contraataque, marcaje y recuperación del balón.

Es una de las capacidades físicas más determinantes en el rendimiento futbolístico, ya que permite ejecutar acciones con rapidez y eficacia frente a estímulos visuales, auditivos o cinestésicos. Esta capacidad se manifiesta en la rapidez con la que un jugador puede iniciar un movimiento (velocidad de reacción) y en la capacidad para recorrer una distancia en el menor tiempo posible (velocidad de desplazamiento).

De acuerdo con Harre (1987), la velocidad no es una cualidad aislada, sino que depende de factores como la coordinación neuromuscular, la elasticidad muscular y la capacidad de anticipación frente a estímulos externos.

En el fútbol, estas formas de velocidad son cruciales para ganar duelos individuales, interceptar balones, realizar coberturas defensivas o desmarcarse del oponente. Por ejemplo, la velocidad de reacción permite responder rápidamente a un pase inesperado o a un rebote, mientras que la velocidad de desplazamiento es clave en jugadas que exigen sprints de corta o media distancia. Los entrenamientos que combinan gestos técnicos con estímulos imprevistos (como cambios de dirección ante señales visuales) mejoran significativamente la capacidad de respuesta del jugador, reforzando así el vínculo entre velocidad, percepción y toma de decisiones.

Para desarrollar estas cualidades en futbolistas jóvenes, es necesario aplicar métodos específicos que integren ejercicios de arranque, aceleración, frenado y cambios de dirección en contextos similares a los del juego. Además, se recomienda utilizar estímulos variados para entrenar la velocidad de reacción,

como luces, sonidos o movimientos de un oponente. La velocidad debe entrenarse en condiciones óptimas de descanso y con una ejecución técnica depurada, para evitar compensaciones y asegurar una mejora funcional. En suma, la velocidad de desplazamiento y de reacción no solo mejora el rendimiento individual, sino que influye en la dinámica colectiva del equipo.

- **Agilidad y cambio de dirección:** Hace referencia a la capacidad del jugador para cambiar de dirección o posición con rapidez y control corporal. Se relaciona con maniobras evasivas, regates, fintas y desplazamientos defensivos.

Es una capacidad motriz fundamental en el fútbol, que implica la habilidad para cambiar de dirección, velocidad o posición del cuerpo de manera rápida y controlada. Este componente físico resulta indispensable en un deporte como el fútbol, caracterizado por movimientos impredecibles, transiciones rápidas entre ataque y defensa, y situaciones de oposición directa. De acuerdo con Sheppard y Young (2006), la agilidad no solo se refiere a la capacidad física de moverse rápidamente, sino que también involucra componentes cognitivos, como la percepción y la toma de decisiones frente a estímulos del entorno.

Durante el juego, el cambio de dirección es una de las manifestaciones más evidentes de la agilidad. Se observa en acciones como fintas, regates, marcajes, coberturas y desplazamientos defensivos. La capacidad de realizar cambios de dirección eficaces está estrechamente relacionada con la fuerza excéntrica y la coordinación intermuscular, así como con la técnica del movimiento. Un jugador ágil puede adaptarse mejor a las exigencias del juego, evitar a sus oponentes y

recuperar la posición defensiva con mayor efectividad, lo cual se traduce en una ventaja competitiva importante.

El entrenamiento de la agilidad debe realizarse con una combinación de tareas físicas y cognitivas que simulen situaciones reales de juego. Esto incluye ejercicios de reacción, desplazamientos en zigzag, frenadas rápidas y reacciones ante estímulos visuales o auditivos. Los programas de entrenamiento deben incorporar tanto la agilidad preprogramada (movimientos planificados) como la agilidad reactiva (respuestas ante situaciones inesperadas), especialmente en las etapas formativas. Así, se promueve un desarrollo integral de esta capacidad, mejorando el rendimiento técnico-táctico del jugador y disminuyendo el riesgo de lesiones por movimientos mal ejecutados.

Teoría que sustenta las capacidades motrices básicas en el fútbol,

Las capacidades motrices básicas son los pilares del movimiento humano que permiten desarrollar habilidades físicas fundamentales como correr, saltar, lanzar o esquivar, y se consideran esenciales en la iniciación deportiva, especialmente en el fútbol. Estas capacidades incluyen la coordinación, equilibrio, velocidad, resistencia y fuerza, las cuales se consolidan en la infancia y son determinantes para el dominio técnico del balón y el rendimiento táctico del jugador. (Bustinza & Oseda, 2021) Desde la teoría del desarrollo motor, se sostiene que estas habilidades no son innatas, sino que se desarrollan a través del aprendizaje motor, la estimulación sistemática y el entorno de práctica.

En el contexto futbolístico, la práctica regular de estas capacidades mejora los fundamentos técnicos como el pase, remate, conducción y recepción, ya que permiten

ejecutar movimientos precisos, adaptativos y eficientes ante diferentes situaciones de juego. (Rivera, 2023). La teoría psicomotriz y la teoría del aprendizaje motor respaldan que las habilidades motrices deben ser fortalecidas a través de actividades lúdicas estructuradas que respeten el nivel de desarrollo evolutivo de los niños. Asimismo, autores como Gallahue y Ozmun (2006) destacan que el desarrollo de habilidades motrices básicas durante la niñez favorece no solo el rendimiento físico, sino también la autoestima, la socialización y la motivación hacia el deporte.

Por tanto, el entrenamiento orientado al fútbol en edad escolar no debe centrarse únicamente en la técnica específica, sino en el fortalecimiento de estas capacidades como condición previa para un aprendizaje técnico efectivo. Esto justifica su inclusión en los programas de Educación Física y formación deportiva escolar como parte del enfoque integral del desarrollo del niño.

Importancia de Capacidades motrices básicas

Las capacidades motrices básicas —como la coordinación, el equilibrio, la velocidad, la fuerza y la agilidad— son fundamentales en el proceso de formación deportiva en el fútbol. Estas habilidades proporcionan la base sobre la cual se desarrollan los movimientos complejos y específicos del juego, como el control del balón, los pases, los regates y los disparos a portería. De acuerdo con García Manso, Navarro y Ruiz (1996) el adecuado desarrollo de estas capacidades en edades tempranas contribuye significativamente al aprendizaje técnico y al rendimiento global del futbolista en formación.

Además, diversos estudios han demostrado que el trabajo sistemático sobre las capacidades motrices básicas mejora el rendimiento en los fundamentos técnicos del fútbol. Según Weineck (2005) una adecuada preparación física general permite que los jóvenes

deportistas ejecuten con mayor eficacia los gestos técnicos del fútbol, ya que su cuerpo está mejor adaptado para responder ante las exigencias del juego. La relación entre habilidades motrices y técnica es especialmente relevante en la etapa escolar, donde el entrenamiento integral debe priorizar el desarrollo psicomotor para garantizar una evolución equilibrada del niño deportista (Bompa & Buzzichelli, 2019)

Finalmente, el entrenamiento de las capacidades motrices básicas no solo mejora el rendimiento deportivo, sino que también contribuye a la prevención de lesiones y al desarrollo integral del niño. Según González y Sánchez (2016) los deportistas jóvenes que poseen una base motriz sólida presentan menor riesgo de sufrir lesiones musculares y articulares durante la práctica futbolística. Por tanto, su desarrollo debe ser una prioridad dentro de cualquier programa de iniciación deportiva en fútbol, no solo por sus beneficios físicos y técnicos, sino también por su impacto positivo en la salud y el bienestar general del menor.

Estrategias para desarrollar las capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol

En el contexto de la educación física escolar, el desarrollo de las capacidades motrices básicas constituye un pilar fundamental para la formación integral del estudiante, especialmente cuando se vincula con la práctica de disciplinas deportivas como el fútbol. Estas capacidades —entre las que destacan la coordinación, la velocidad, el equilibrio, la fuerza y la agilidad— son esenciales para ejecutar con eficacia los movimientos técnicos y tácticos propios del juego. El docente, en su rol formativo, debe emplear estrategias pedagógicas adecuadas que permitan potenciar estas habilidades en los estudiantes de manera progresiva, lúdica y adaptada a sus niveles de desarrollo. A continuación, se

presentan diversas estrategias que pueden ser aplicadas en sesiones de clase para fortalecer las capacidades motrices básicas orientadas a la práctica del fútbol.

1. **Juegos predeportivos adaptados al fútbol:** Utilizar juegos lúdicos que simulen situaciones del fútbol ayuda a mejorar la coordinación, velocidad y equilibrio. Ejemplo: juegos de persecución, rondas con balón, mini partidos en espacios reducidos.
2. **Circuitos motrices con balón:** Diseñar circuitos que incluyan desplazamientos, cambios de dirección, saltos, dribles y control de balón mejora simultáneamente la agilidad, la fuerza y la coordinación dinámica general.
3. **Ejercicios de reacción y velocidad:** Incluir actividades con estímulos visuales o auditivos, como carreras al escuchar una señal o reaccionar ante el movimiento de un compañero, para entrenar la velocidad de reacción y desplazamiento.
4. **Tareas motrices secuenciales:** Proponer actividades que combinen varias habilidades (correr, frenar, patear, girar) en secuencia para trabajar la coordinación global y la memoria motriz.
5. **Desarrollo del equilibrio estático y dinámico:** Incorporar ejercicios sobre líneas, conos o superficies inestables (colchonetas, bancos) que refuercen el control postural, necesario para el contacto y los saltos en fútbol.
6. **Juegos con oposición progresiva:** Emplear tareas con oposición gradual (1 vs. 1, 2 vs. 2) permite desarrollar la toma de decisiones, la agilidad y la capacidad de adaptación motriz frente a un oponente.
7. **Trabajo por estaciones con enfoque específico:** Organizar estaciones de trabajo dedicadas a cada capacidad: coordinación (conducción de balón en zigzag), velocidad (sprints cortos), fuerza (saltos con impulso), equilibrio (desplazamiento sobre una línea recta).

8. **Retroalimentación constante y refuerzo positivo:** Brindar observaciones individuales y motivación continua para mejorar la ejecución motriz y fomentar la confianza del estudiante en sus habilidades.
9. **Evaluaciones formativas con lista de cotejo:** Implementar instrumentos simples de observación que permitan al docente monitorear el progreso en cada capacidad motriz de forma sistemática.
10. **Integración de juegos cooperativos y trabajo en equipo:** Promover actividades donde los alumnos se ayuden entre sí, fomentando no solo las capacidades motrices, sino también valores como la colaboración y el respeto.

El desarrollo de las capacidades motrices básicas mediante estrategias pedagógicas activas no solo mejora el rendimiento deportivo en el fútbol, sino que también contribuye significativamente a la formación física, cognitiva y socioemocional del estudiante. Estas capacidades permiten que los niños y adolescentes se desenvuelvan con mayor seguridad, eficacia y creatividad dentro del campo de juego.

2.3. Bases Filosóficas

La filosofía educativa en torno al desarrollo de las capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol parte de una visión integral del ser humano, en la que el movimiento corporal no solo es una manifestación física, sino también un medio para el desarrollo cognitivo, afectivo y social del estudiante. Desde esta perspectiva, la educación física y el deporte escolar, particularmente el fútbol, deben orientarse a promover en los niños y adolescentes una base motriz sólida que les permita desenvolverse con eficacia, autonomía y seguridad en su entorno.

El entrenamiento de las capacidades motrices básicas —como la coordinación, el equilibrio, la velocidad, la agilidad y la fuerza— es considerado un pilar en la formación deportiva, ya que estas habilidades son esenciales para la ejecución de los fundamentos técnicos del fútbol. No se trata únicamente de formar deportistas competitivos, sino de fomentar hábitos saludables, valores como la perseverancia, el respeto y el trabajo en equipo, y una conciencia corporal que contribuya al desarrollo armónico del estudiante. En este sentido, se prioriza un enfoque pedagógico centrado en el alumno, que respete su ritmo de maduración biológica y su individualidad.

Finalmente, esta filosofía sostiene que el fútbol, como herramienta pedagógica, debe utilizarse para educar en el movimiento, promoviendo experiencias lúdicas, significativas y formativas. El docente de educación física cumple un rol clave como guía en este proceso, al diseñar propuestas metodológicas inclusivas y motivadoras que articulen el desarrollo motriz con el aprendizaje técnico y táctico del fútbol. Así, se construyen cimientos no solo para la práctica deportiva futura, sino también para una vida activa, saludable y socialmente responsable.

2.4. Definición de términos básicos.

Resistencia: Es la capacidad que tiene el jugador para soportar esfuerzos físicos prolongados y recuperarse con rapidez después de una actividad intensa, siendo esencial en partidos de larga duración y de alta exigencia como el fútbol. (Chamberg, 2019)

Fuerza: Es la capacidad de vencer una resistencia externa mediante el uso de la musculatura. En el fútbol, se traduce en la potencia para rematar, defender, desplazarse o disputar el balón. (Mosquera, 2022)

Velocidad: La velocidad es la capacidad del cuerpo para realizar movimientos en el menor tiempo posible. En el fútbol se refleja en sprints, cambios de dirección y aceleraciones rápidas. (Rivera, 2023)

Coordinación motriz: Se define como la capacidad de ejecutar movimientos armónicos, precisos y controlados. Es crucial en el fútbol para driblar, recibir o pasar el balón con precisión. (Chambergó, 2019)

Agilidad: La agilidad es la habilidad de cambiar rápidamente de dirección o de posición del cuerpo de manera eficiente. En fútbol permite esquivar rivales o reaccionar ante jugadas inesperadas. (Moscoso, 2015)

Equilibrio: Es la capacidad de mantener una posición corporal estable, ya sea en movimiento o en estático. En fútbol se manifiesta al controlar el balón bajo presión o durante un disparo. (Moscoso, 2015)

2.5. Hipótesis de investigación

Sin hipótesis

2.6. Operacionalización de las variables

Variable Capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol

Dimensiones	Indicadores	Escala	Instrumento
Coordinación motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza pases precisos con ambas piernas durante actividades de control técnico. • Coordina eficazmente movimientos de pies y ojos al conducir el balón. • Ejecuta combinaciones de movimientos corporales sin perder el control del balón. 	<p>1= Nunca</p> <p>2 = A veces</p> <p>3 = Siempre</p>	Cuestionario
Equilibrio corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Mantiene el equilibrio al realizar fintas o esquivar oponentes. • Conserva la estabilidad al recibir el balón en movimiento. • Controla su centro de gravedad en acciones de salto y caída durante el juego. 		
Velocidad de desplazamiento y reacción	<ul style="list-style-type: none"> • Reacciona rápidamente ante estímulos visuales como el movimiento del balón o del adversario. • Corre en trayectos cortos con rapidez durante acciones ofensivas o defensivas. • Acelera y desacelera eficientemente en respuesta a las exigencias del juego. 		
Agilidad y cambio de dirección	<ul style="list-style-type: none"> • Cambia de dirección de forma rápida y controlada ante la presión del rival. 		

	<ul style="list-style-type: none">• Se desplaza lateralmente con fluidez al marcar o interceptar.• Realiza regates y fintas con agilidad, manteniendo el dominio del balón.		
--	--	--	--

CAPITULO III. METODOLOGÍA

3.1. Diseño metodológico

La tesis sigue el enfoque cuantitativo, ya que se centra en la recolección y análisis numérico de datos para establecer relaciones entre variables mediante métodos estadísticos. El estudio utiliza un diseño no experimental, porque no se manipulan variables, sino que se observan fenómenos tal como ocurren en su contexto natural para su análisis.

Representa el diseño:



Donde:

M = Muestra educandos

O = Capacidades motrices básicas para el fútbol

3.2 Población y Muestra.

3.2.1. Población

La población incluye a estudiantes matriculados en el año 2024

3.2.2. Muestra

El estudio consta de 25 estudiantes considerado como la muestra para la evaluación de las capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol.

3.3. Técnicas de recolección de datos.

La técnica empleada en la presente investigación es la observación sistemática, la cual permite recopilar información directa del comportamiento motriz de los estudiantes

durante la práctica deportiva. Como instrumento se utilizó una lista de cotejo, diseñada específicamente para evaluar de manera objetiva y estructurada las capacidades motrices básicas aplicadas al fútbol.

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información.

Los datos obtenidos en el estudio sobre las capacidades motrices básicas aplicadas a la práctica del fútbol en escolares fueron organizados y analizados mediante el software estadístico SPSS. Este programa permitió procesar la información de forma precisa, facilitando la aplicación de pruebas estadísticas para interpretar los resultados con rigor científico.

CAPITULO IV. RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

4.1.1. Variable Capacidades motrices para el fútbol

Tabla 1.

Categorización de variable Capacidades motrices para el fútbol

Dimensión	Cantidad de ítems	Intervalos	Categorías
Coordinación motriz	6	6 – 10	Nunca
		11 – 14	A veces
		15 – 18	Siempre
Equilibrio corporal	6	6 – 10	Nunca
		11 – 14	A veces
		15 – 18	Siempre
Velocidad de desplazamiento y reacción	6	6 – 10	Nunca
		11 – 14	A veces
		15 – 18	Siempre
Agilidad y cambio de dirección	6	6 – 10	Nunca
		11 – 14	A veces
		15 – 18	Siempre
Capacidades motrices para el fútbol	24	24 – 40	Nunca
		41 – 56	A veces
		57 – 72	Siempre

Tabla 2

Nivel de variable Capacidades motrices para el fútbol

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	3	9.38%
A veces	14	43.75%
Siempre	15	46.87%
Total	32	100.00%

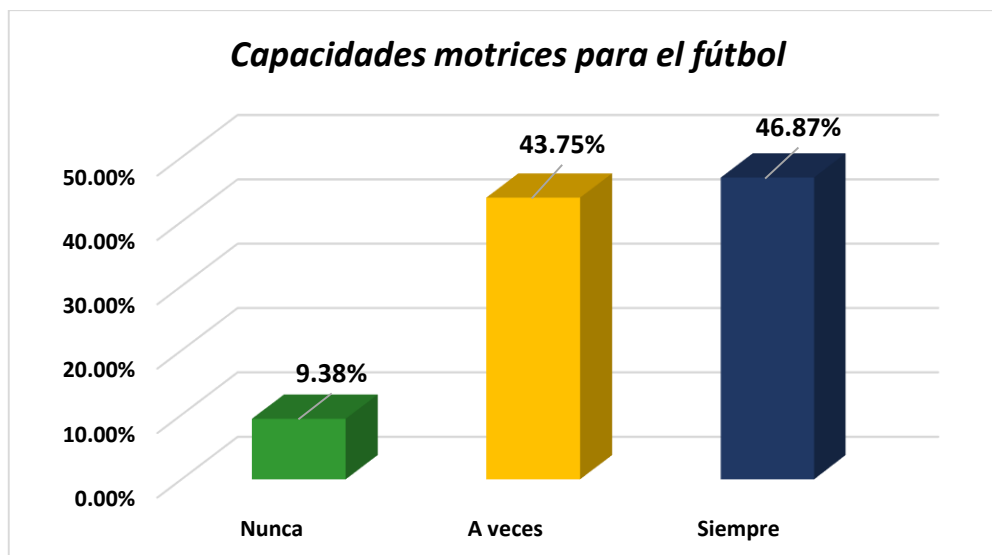


Figura 1 Nivel en Capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol

Los resultados muestran que, en los estudiantes de sexto grado de la I.E. Generalísimo Don José de San Martín, el 46.87 % presenta un nivel que “siempre” desarrollan capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol, lo que indica una alta frecuencia en la ejecución de habilidades. Un 43.75 % se ubica en el nivel “a veces”, evidenciando que, aunque poseen estas capacidades, su aplicación es intermitente y podría beneficiarse de mayor estimulación y entrenamiento. Finalmente, el 9.38 % se encuentra en el nivel “nunca”, reflejando una ausencia o muy baja manifestación de estas destrezas, lo que podría limitar su desempeño futbolístico y requerir intervenciones pedagógicas específicas para su desarrollo.

Tabla 3

Nivel en dimensión Coordinación motriz

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	3	9.38%
A veces	13	40.62%
Siempre	16	50.00%
Total	32	100.00%

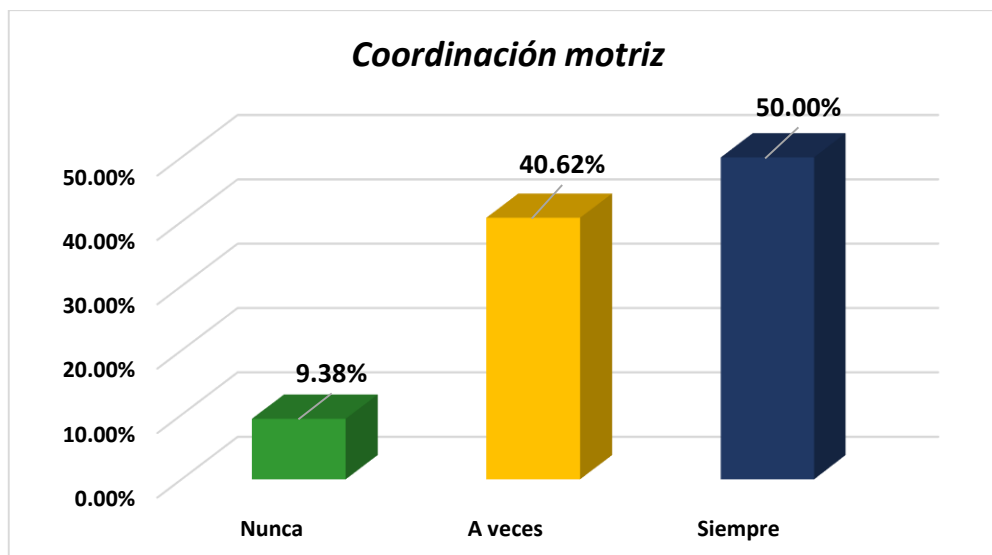


Figura 2 Nivel en Coordinación motriz

En la dimensión de coordinación motriz, los resultados evidencian que el 50.00 % de los estudiantes manifiestan “siempre” un adecuado control y sincronización de movimientos. Un 40.62 % se ubica en el nivel “a veces”, lo que indica que presentan estas habilidades de forma intermitente y podrían beneficiarse de estrategias de entrenamiento que fortalezcan la constancia en su desempeño. Por otro lado, el 9.38 % reporta “nunca” mostrar una coordinación motriz adecuada.

Tabla 4.

Nivel en dimensión Equilibrio corporal

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	2	6.25%
A veces	14	43.75%
Siempre	16	50.00%
Total	32	100.00%

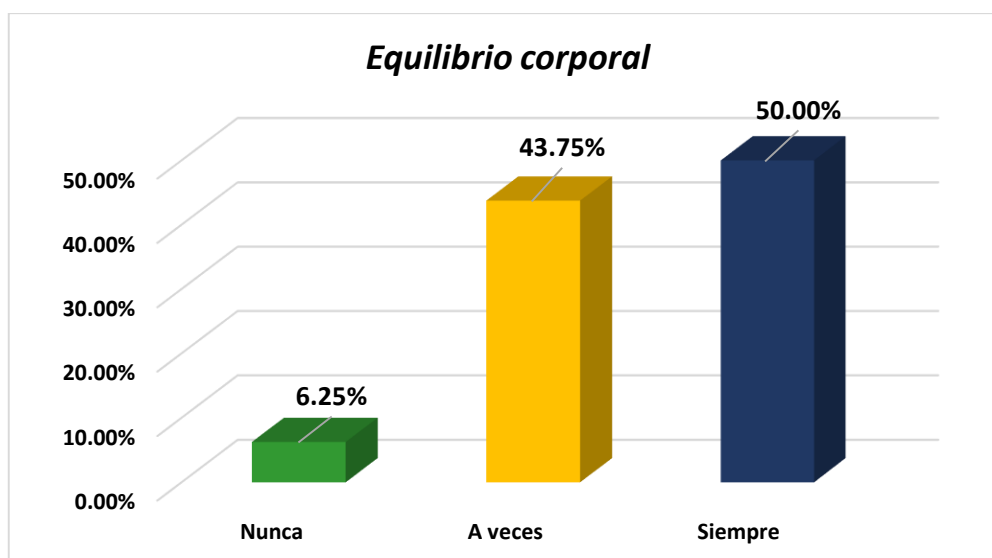


Figura 3 Nivel en Equilibrio corporal

En la dimensión de equilibrio corporal, se observa que el 50.00 % de los estudiantes manifiestan “siempre” un adecuado control postural y estabilidad durante la práctica de actividades físicas. El 43.75 % se encuentra en el nivel “a veces”, lo que evidencia que, aunque poseen esta habilidad, su ejecución no es constante y podría optimizarse con entrenamientos específicos que fortalezcan la postura y el control del cuerpo. Finalmente, el 6.25 % indica “nunca” presentar un equilibrio corporal adecuado.

Tabla 5.

Nivel en Velocidad de desplazamiento y reacción

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	4	12.51%
A veces	13	40.62%
Siempre	15	46.87%
Total	32	100.00%

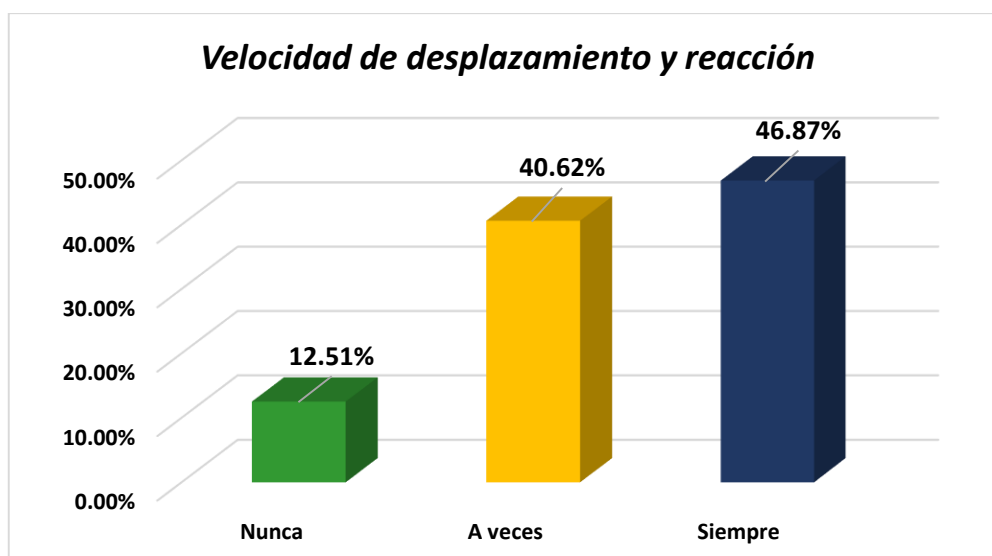


Figura 4 Nivel en Velocidad de desplazamiento y reacción

En la dimensión de velocidad de desplazamiento y reacción, los datos muestran que el 46.87 % de los estudiantes “siempre” presenta una respuesta rápida y eficiente ante estímulos. Un 40.62 % se ubica en el nivel “a veces”, lo que indica un desempeño variable que podría mejorar mediante entrenamientos enfocados en la rapidez y la anticipación motriz. Por otro lado, el 12.51 % manifiesta “nunca” alcanzar un nivel adecuado en esta habilidad.

Tabla 6.

Nivel en dimensión Agilidad y cambio de dirección

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	3	9.38%
A veces	15	46.87%
Siempre	14	43.75%
Total	32	100.00%

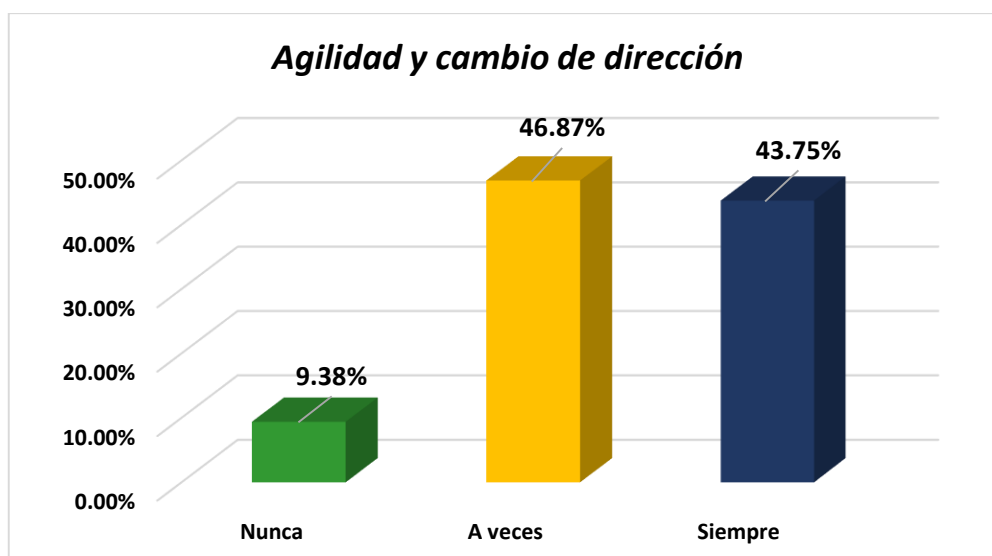


Figura 5 Nivel en Agilidad y cambio de dirección

En la dimensión de agilidad y cambio de dirección, se aprecia que el 46.87 % de los estudiantes se ubica en el nivel “a veces”, lo que indica que presentan esta capacidad de forma intermitente, alternando momentos de buen desempeño con otros de menor eficacia. El 43.75 % manifiesta “siempre” un adecuado nivel de agilidad y capacidad para modificar rápidamente la dirección de sus desplazamientos. En contraste, el 9.38 % señala “nunca” lograr un buen desempeño en esta habilidad.

CAPITULO V. DISCUSIÓN

El informe que tuvo como objetivo “Determinar el nivel de capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024” que tuvo como conclusión que, los estudiantes de sexto grado de la I.E. Generalísimo Don José de San Martín, el 46.87 % presenta un nivel que “siempre” desarrollan capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol, lo que indica una alta frecuencia en la ejecución de habilidades. Un 43.75 % se ubica en el nivel “a veces”, evidenciando que, aunque poseen estas capacidades, su aplicación es intermitente y podría beneficiarse de mayor estimulación y entrenamiento. Finalmente, el 9.38 % se encuentra en el nivel “nunca”, reflejando una ausencia o muy baja manifestación de estas destrezas, lo que podría limitar su desempeño futbolístico y requerir intervenciones pedagógicas específicas para su desarrollo.

Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Mosquera (2022), quien subraya la importancia de fortalecer las capacidades coordinativas desde edades tempranas para mejorar la técnica, especialmente en acciones como el tiro al arco. En este sentido, es probable que los estudiantes del grupo “siempre” tengan un mejor dominio técnico gracias a su buena coordinación motriz.

También se relacionan con lo que señala Rivera (2023), quien encontró que trabajar la coordinación de manera sistemática en niños mejora el control del balón y la ejecución de movimientos. Esto sugiere que el grupo “a veces” podría mejorar notablemente si se aplicaran metodologías similares, que combinen juegos y técnicas específicas para estimular la coordinación.

De forma complementaria, Moscoso (2015) destaca que incluir ejercicios de coordinación de manera estructurada en los entrenamientos tiene un impacto directo en el rendimiento técnico, especialmente en el caso de los arqueros. Esto refuerza la idea de que la frecuencia y calidad con que se desarrollan las capacidades motrices influye directamente en el desempeño deportivo.

Además, Chambergo (2019) resalta que una correcta implementación de actividades físicas no solo mejora el rendimiento motor, sino también el bienestar general del estudiante. Esto se refleja en el grupo que practica estas habilidades de forma constante, mostrando que la actividad física regular fortalece tanto el cuerpo como el rendimiento deportivo.

Finalmente, el estudio se alinea con lo encontrado por Bustinza y Oseda (2021), quienes demostraron que existe una relación positiva entre el desarrollo de habilidades motrices básicas y el rendimiento técnico en fútbol. En este caso, los estudiantes que muestran mayor frecuencia en la ejecución de estas capacidades (“siempre”) probablemente también tengan un mejor desempeño técnico.

En conjunto, los resultados refuerzan la importancia de trabajar de manera continua y planificada las capacidades motrices básicas dentro de la educación física escolar. Esto no solo mejora el rendimiento deportivo, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, preparándolos mejor para enfrentar los desafíos físicos y técnicos del fútbol y de otras disciplinas deportivas.

CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

- a) Los resultados muestran que, en los estudiantes de sexto grado de la I.E. Generalísimo Don José de San Martín, el 46.87 % presenta un nivel que “siempre” desarrollan capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol, lo que indica una alta frecuencia en la ejecución de habilidades. Un 43.75 % se ubica en el nivel “a veces”, evidenciando que, aunque poseen estas capacidades, su aplicación es intermitente y podría beneficiarse de mayor estimulación y entrenamiento. Finalmente, el 9.38 % se encuentra en el nivel “nunca”, reflejando una ausencia o muy baja manifestación de estas destrezas, lo que podría limitar su desempeño futbolístico y requerir intervenciones pedagógicas específicas para su desarrollo.

- b) En la dimensión de coordinación motriz, los resultados evidencian que el 50.00 % de los estudiantes manifiestan “siempre” un adecuado control y sincronización de movimientos. Un 40.62 % se ubica en el nivel “a veces”, lo que indica que presentan estas habilidades de forma intermitente y podrían beneficiarse de estrategias de entrenamiento que fortalezcan la constancia en su desempeño. Por otro lado, el 9.38 % reporta “nunca” mostrar una coordinación motriz adecuada.

- c) En la dimensión de equilibrio corporal, se observa que el 50.00 % de los estudiantes manifiestan “siempre” un adecuado control postural y estabilidad durante la práctica de actividades físicas. El 43.75 % se encuentra en el nivel “a veces”, lo que evidencia que, aunque poseen esta habilidad, su ejecución no es constante y podría optimizarse

con entrenamientos específicos que fortalezcan la postura y el control del cuerpo. Finalmente, el 6.25 % indica “nunca” presentar un equilibrio corporal adecuado

- d) En la dimensión de velocidad de desplazamiento y reacción, los datos muestran que el 46.87 % de los estudiantes “siempre” presenta una respuesta rápida y eficiente ante estímulos. Un 40.62 % se ubica en el nivel “a veces”, lo que indica un desempeño variable que podría mejorar mediante entrenamientos enfocados en la rapidez y la anticipación motriz. Por otro lado, el 12.51 % manifiesta “nunca” alcanzar un nivel adecuado en esta habilidad.
- e) En la dimensión de agilidad y cambio de dirección, se aprecia que el 46.87 % de los estudiantes se ubica en el nivel “a veces”, lo que indica que presentan esta capacidad de forma intermitente, alternando momentos de buen desempeño con otros de menor eficacia. El 43.75 % manifiesta “siempre” un adecuado nivel de agilidad y capacidad para modificar rápidamente la dirección de sus desplazamientos. En contraste, el 9.38 % señala “nunca” lograr un buen desempeño en esta habilidad.

6.2. Recomendaciones

Implementar sesiones específicas de desarrollo motriz: Planificar actividades semanales que integren ejercicios de coordinación, equilibrio, agilidad, velocidad de desplazamiento y cambios de dirección, utilizando metodologías lúdicas y progresivas. Esto permitirá consolidar las capacidades motrices básicas de forma sistemática y mantener la motivación de los estudiantes.

Incorporar evaluaciones periódicas de habilidades motrices: Aplicar instrumentos de medición y observación cada bimestre para identificar el nivel de desarrollo motriz de cada

estudiante, de manera que se puedan ajustar las estrategias de enseñanza y reforzar las áreas con menor desempeño.

Favorecer la transferencia de habilidades a situaciones reales de juego: Diseñar ejercicios y mini-partidos donde las capacidades motrices básicas se apliquen en contextos similares a la práctica real del fútbol, fomentando la toma de decisiones rápida, el trabajo en equipo y la integración de las habilidades físicas con los fundamentos técnicos.

CAPITULO VII. REFERENCIAS

5.1. Fuentes bibliográficas

- Amaguaña, J. (2025). El fútbol y el desarrollo de habilidades motrices básicas en la infancia: Revisión sistemática. *Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 571–589.
- Andrade, J., & Ríos, C. (2019). Capacidades motrices básicas y su influencia en el rendimiento físico en estudiantes de primaria de la Unidad Educativa José María Velasco Ibarra, Ecuador. *Revista Ciencia y Educación*, 45-52.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodización del entrenamiento de fuerza aplicada a los deportes*. Barcelona.
- Bustanza, P., & Oseda, D. (2021). “*Habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos del fútbol en niños de instituciones educativas de primaria, Puno*”. Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano de Puno.
- Chambergó, R. (2019). *Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 10 años del nivel primario*. Tumbes, Perú: Universidad Nacional de Tumbes.
- García, J., Navarro, M., & Ruiz, J. (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo: Principios y aplicaciones*. Madrid:: Gymnos.
- González, F., & Castaño, J. (2017). Evaluación del desarrollo de las capacidades físicas básicas en escolares colombianos. *Revista Actividad Física y Desarrollo Humano*, 34-41.
- González, J., & Sánchez, L. (2016). *Iniciación al fútbol: Fundamentos del entrenamiento en edades tempranas*. Barcelona: Inde.
- Instituto Peruano del Deporte. (2021). *Encuesta Nacional de Actividad Física y Hábitos de Vida Saludable*. Lima, Perú: IPD.

- Mena, J., & Acosta, S. (2024). *Los juegos de animación de la disciplina del fútbol en el desarrollo locomotriz de los niños de preparatoria de la Unidad Educativa Hermano Miguel*. Polo del Conocimiento.
- Moscoso, S. (2015). *Los ejercicios de coordinación y su incidencia en la técnica del portero, en los jugadores del Club Deportivo Plus Ultra en la categoría 10-12 años*. Ecuador: Universidad Nacional de Chimborazo.
- Mosquera, E. (2022). Importancia de las capacidades coordinativas especiales en el tiro a portería de los futbolistas sub-12. *Revista Cognosis*, 159–165.
- Paez, M. (2024). *“Habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en niños del CEA - UNE, 2023”*. Lima, Perú : Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Piedra, J. (2020). *El desarrollo motriz y su incidencia en la enseñanza del fútbol en niños de 6 a 8 años en el club deportivo formativo especializado “Las Águilas” de la ciudad de Loja en el periodo 2018–2019*. Loja: Universidad Nacional de Loja.
- Rivera, A. (2023). *Experiencia sistematizadora sobre la coordinación futbolística en niños de 6 a 8 años*. Ecuador: Instituto Tecnológico Superior del Honorable Consejo Provincial de Pichincha.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Barcelona: Paidotribo.

ANEXO

PROBLEMAS	OBJETIVOS	VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problema general ¿Cuál es el nivel de capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de Coordinación motriz la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de equilibrio corporal en la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de</p>	<p>Objetivo general Determinar el nivel de capacidades motrices básicas para la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024</p> <p>Objetivo específico Identificar el nivel de Coordinación motriz la práctica del fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.</p> <p>Conocer el nivel de equilibrio corporal en la práctica del</p>	<p>Capacidades motrices básicas del futbol</p>	<p>Coordinación motriz</p> <p>Equilibrio corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza pases precisos con ambas piernas. • Coordina eficazmente movimientos de pies y ojos al conducir el balón. • Ejecuta combinaciones de movimientos corporales sin perder el control del balón. • Mantiene el equilibrio al realizar fintas o esquivar oponentes. • Conserva la estabilidad al recibir el balón. • Controla su centro de gravedad en acciones de salto y caída. 	<p>Enfoque. Cuantitativo</p> <p>Diseño No experimental</p> <p>Tipo Básica</p> <p>Nivel Descriptivo</p> <p style="text-align: center;">$M \rightarrow O$</p> <p>Donde: M = Escolares O = Capacidades motrices básicas de futbol</p> <p>Población Conformado por estudiantes.</p> <p>Muestra 32 estudiantes de primaria</p>

<p>la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de velocidad de desplazamiento y reacción en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de Agilidad y cambio de dirección en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024?</p>	<p>fútbol en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.</p> <p>Analizar el nivel de velocidad de desplazamiento y reacción en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.</p> <p>Evaluar el nivel de Agilidad y cambio de dirección en estudiantes de sexto grado de la I.E Generalísimo Don José De San Martín, año 2024.</p>		<p>Velocidad de desplazamiento y reacción.</p> <p>Agilidad y cambio de dirección</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reacciona rápidamente ante estímulos visuales. • Corre en trayectos cortos con rapidez durante acciones ofensivas o defensivas. • Acelera y desacelera eficientemente en respuesta a las exigencias del juego. • Cambia de dirección de forma rápida y controlada ante la presión del rival. • Se desplaza lateralmente con fluidez al marcar o interceptar. • Realiza regates y fintas con agilidad, manteniendo el dominio del balón. 	
--	---	--	--	--	--



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN
INSTRUMENTO: LISTA DE COTEJO**

1 = Nunca

2 = A veces

3 = Siempre

N°	Coordinación motriz	1	2	3
01	El estudiante realiza pases precisos con la pierna dominante en ejercicios de pase.			
02	El estudiante utiliza también la pierna no dominante para ejecutar pases con precisión durante las prácticas			
03	El estudiante mantiene la vista al frente mientras conduce el balón sin perder el control			
04	Coordina adecuadamente el movimiento del balón con los pies mientras observa el entorno de juego.			
05	El estudiante combina movimientos como cambios de ritmo y dirección sin perder el dominio del balón.			
06	Demuestra fluidez corporal al integrar giros, paradas y arranques mientras mantiene el control del balón.			
	Equilibrio corporal			
07	El estudiante realiza fintas sin perder el equilibrio ni la posición corporal.			
08	El estudiante recibe el balón en desplazamiento sin desequilibrarse.			
09	Es capaz de esquivar a un oponente manteniéndose firme y estable durante la acción.			
10	Se mantiene estable al controlar el balón recibido en diferentes direcciones.			
11	El estudiante realiza saltos controlados y aterriza de forma segura y equilibrada.			
12	Durante el juego, controla su cuerpo al caer tras un salto sin perder estabilidad			
	Velocidad de desplazamiento y reacción			

13	El estudiante responde de manera inmediata al desplazamiento del balón durante el juego.			
14	Cambia su posición o dirección con rapidez al percibir el movimiento del oponente.			
15	El estudiante recorre distancias cortas a alta velocidad para interceptar el balón.			
16	Se desplaza rápidamente hacia posiciones ofensivas o defensivas según lo requiere el juego.			
17	El estudiante muestra control al acelerar y detenerse según el desarrollo del juego.			
18	Regula su velocidad de manera eficaz al cambiar de fase ofensiva a defensiva (y viceversa).			
	Agilidad y cambio de dirección			
19	El estudiante cambia de dirección rápidamente sin perder el equilibrio ni el control del balón ante la presión de un oponente.			
20	Responde con movimientos ágiles y controlados cuando necesita esquivar o evadir a un rival durante el juego.			
21	El estudiante realiza desplazamientos laterales fluidos y continuos al marcar a un oponente.			
22	Se mueve lateralmente con eficacia para interceptar el balón sin perder estabilidad ni tiempo de reacción.			
23	El estudiante ejecuta regates ágiles sin perder el control del balón en situaciones de oposición.			
24	Emplea fintas rápidas y efectivas para desmarcarse, manteniendo dominio y precisión en sus movimientos.			