

**UNIVERSIDAD NACIONAL “JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN”
FACULTAD DE EDUCACIÓN**



TESIS

**LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y LAS CAPACIDADES
COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DEL 5^{to} GRADO DE
PRIMARIA DE LA I. E. “FELIX B. CARDENAS” SANTA MARIA
2018.**

**PARA OPTAR EL GRADO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN
FÍSICA Y DEPORTES**

PRESENTADO POR:

Bach. ZAPATA CUEVA, Silver Alan

ASESOR:

Lic. PALACIOS SERNA, Raúl Eduardo

HUACHO – PERÚ

2018

DEDICATORIA

A Dios por haberme permitido culminar la etapa universitaria, además de su infinita bondad y amor

A todos los familiares por los apoyos brindados de manera desinteresada.

AGRADECIMIENTO

A Agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de la carrera, por ser fortaleza en los momentos de debilidad

A la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión por brindarme su capacidad instalada y permitirme forjar una identidad de ser un profesional.

INTRODUCCIÓN

La presente tesis de grado, es producto de la inquietud de conocer si la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Se ha puesto de manifiesto este problema ya que los y las niñas del 5^{to} grado de primaria presentan problemas a nivel de iniciación a un juego y su coordinación es por esta razón que se presenta el interés en el estudio sobre este tema ya que tanto la iniciación deportiva como las capacidades coordinativas son observables a simple vista y estos están siendo mal empleados por los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María.

Es importante conocer el nivel en que se encuentra los niños y niñas tanto en la iniciación deportiva como las capacidades coordinativas ya que nos brindara información concreta sobre el tema en estudio y nos servirá para ver el mejor modo de manejar el grupo y hacerle sobresalir a nivel colectivo e individual. Esperando que estas actividades de enseñanza-aprendizaje sirvan de ayuda, ya que no se trata de preparar sesiones o entrenamientos de este deporte, sino de plantear unas actividades que nos ayuden a conseguir nuestros objetivos en las clases de educación física.

El desarrollo metodológico seguido se ciñe en la estructura de la Universidad Nacional “José Faustino Sánchez Carrión”, está organizado en cuatro capítulos estructurados en forma orgánica y se describe cada uno de los contenidos seleccionados.

En el Capítulo I, aborda sobre el planteamiento de estudio, la fundamentación del problema, la formulación de problemas, los objetivos, la justificación, la delimitación del estudio y la formulación de hipótesis.

En el Capítulo II, trata el marco teórico, la selección de antecedentes tanto internacionales como nacionales que tengan relación con nuestra investigación, concluye con la definición de términos básicos.

En el Capítulo III, se plantea el tipo y diseño de investigación, la operacionalización de las variables, la prueba de hipótesis, la población muestral de estudio y los instrumentos de recolección de datos que se utilizó para la ejecución del trabajo de investigación.

En el Capítulo IV, se detalla el aspecto administrativo, entre ellos el potencial humano, recursos materiales, cronograma de actividades, el financiamiento, la bibliografía y anexos.

El autor.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación denominado entrenamiento integrado en fútbol y estilo de vida en seleccionado escolar de la I.E. P. José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente – Cañete 2017, tiene como propósito, determinar la relación entre entrenamiento integrado en fútbol y estilo de vida en seleccionado escolar de la I.E.P. José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente – Cañete 2017, el tipo de estudio es descriptivo-explicativo, con diseño correlacional, para la recolección de datos referentes a entrenamiento integrado en fútbol se aplicó un cuestionario estructurado, asimismo para la variable estilo de vida; la población y muestra estudio estuvo constituida por 50 seleccionados escolares de la I.E.P. José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente – Cañete, para el análisis estadístico, se utilizó el coeficiente de correlación Lineal de Spearman y la medida de tendencia central: Media Aritmética, se concluye que existe relación significativa entre entrenamiento integrado en fútbol y estilo de vida en seleccionado escolar de la I.E.P. José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente – Cañete 2017, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.826, representando una **muy buena** asociación.

PALABRAS CLAVES: Entrenamiento, entrenamiento deportivo, entrenamiento integrado, estilo de vida, estilo de vida saludable, fútbol, higiene personal, nutrición.

SUMMARY

The present research work called integrated training in football and lifestyle in selected school of the I.E. P. José Sepúlveda Fernández, San Vicente - Cañete 2017, has as its purpose, to determine the relationship between integrated training in soccer and lifestyle in school selected from the I.E.P. José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente - Cañete 2017, the type of study is descriptive-explanatory, with correlational design, for the collection of data referring to integrated training in football a structured questionnaire was applied, also for the variable lifestyle; the population and sample study was constituted by 50 scholastic selections of the I.E.P. José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente - Cañete, for the statistical analysis, Spearman's Linear Correlation coefficient and the measure of central tendency were used: Arithmetic Mean, it is concluded that there is a significant relationship between integrated training in soccer and lifestyle in selected school of the IEP José B. Sepúlveda Fernández, San Vicente - Cañete 2017, due to the Spearman correlation that returns a value of 0.826, representing a very good association.

KEY WORDS: Training, sports training, integrated training, lifestyle, healthy lifestyle, soccer, personal hygiene, nutrition.

ÍNDICE

I.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.	
1.1.	Descripción de la realidad problemática	10
1.2.	Formulación del Problema.	11
1.2.1.	Problema General.....	11
1.2.2.	Problemas específicos	11
1.3.	Objetivos	
1.3.1.	Objetivo general.....	12
1.3.2.	Objetivos específicos	12
1.4.	Justificación de la Investigación.....	13
1.5.	Delimitaciones del estudio	14
1.6.	Viabilidad del estudio	15
II.	MARCO TEÓRICO	
2.1.	Antecedentes.....	17
2.2.	Bases Teóricas.....	25
2.2.1.	Entrenamiento integrado en fútbol.....	22
2.2.2.	Estilos de vida.....	52
2.3.	Definición de términos básicos	64
2.4.	Hipótesis.....	67
2.4.1.	Hipótesis General.....	67
2.4.2.	Hipótesis específicas	67
2.5.	Operacionalización de variables.....	68
III.	METODOLOGÍA	
3.1.	Diseño Metodológico.....	70
3.2.	Población y muestra	71
3.3.	Técnicas de recolección de datos	71
3.4.	Método de análisis de datos.....	71

IV. RESULTADOS	
4.1. Análisis Descriptivo	74
CONCLUSIONES	93
RECOMENDACIONES	94
V. FUENTES DE INFORMACIÓN	
5.1. Fuentes Bibliográficas.....	95
ANEXOS	
Matriz de Consistencia	103
Encuesta	104
Tabla de datos	106

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.

La iniciación deportiva se ha considerado tradicionalmente base del aprendizaje de las capacidades deportivas, por eso figura como objetivo esencial de cualquier programa de enseñanza deportiva, se requiere para ello desarrollar en las deportistas habilidades, técnicas y tácticas a partir de los fundamentos de cada disciplina.

Para 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.

No obstante la iniciación deportiva, gracias a su posibilidad de aislarse mediante técnicas, se ha convertido en factores con entidad propia y tratados aisladamente en los programas educativos, hasta considerarse como una de las bases principales del desarrollo integral del niño.

En nuestro país poco o nada se ha hecho en lo particular, a pesar que el fútbol es un deporte de gran acogida y si miramos los datos estadísticos se puede evidenciar que son pocos los talentos deportivos que han nacido desde las categorías inferiores de las escuelas o academias.

En las últimas décadas se ha ido incrementado en el país, la práctica del fútbol en niños y han proliferado escuelas de fútbol que por falta de personal adecuado y poco capacitado no han podido estructurar un trabajo para niños menores de 10 años por el temor de no saber que trabajar o que metodología utilizar. Por otro lado existe abundante bibliografía basada en la práctica de este deporte donde se da hincapié a los de edad adolescente.

Cada práctica deportiva exige un requerimiento específico de conocimientos por parte del docente, y por eso es imprescindible que esté capacitado, ya que tradicionalmente en los Centros Educativos el personal docente encargado de la enseñanza de disciplinas no ha requerido de estudios preliminares y ha existido poco interés por parte de los docentes en capacitarse. Es por ello que no se ha desarrollado una guía de enseñanza de la práctica del fútbol.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

1.2.1. Problema General

¿De qué manera la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018?

1.2.2. Problemas específicos

a) ¿En qué medida la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018?

b) ¿En qué medida la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018?

c) ¿En qué medida la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.

1.3.1. Objetivos Generales

Establecer si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

1.3.2. Objetivos Específicos

a) Determinar si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas generales o básicas en los

estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.

- b) Determinar si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.
- c) Determinar si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE INVESTIGACIÓN.

La investigación realizada se encuentra plenamente justificada por la importancia y trascendencia del tema. Además, se pretende conocer si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018. En tanto, nos permitirá extraer valiosas conclusiones desde la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas.

En tal sentido, conociendo los resultados de esta investigación, se podría orientar, fortalecer e incentivar a utilizar la iniciación deportiva en las capacidades coordinativas a niños, además los resultados servirán a los docentes del área de educación física para que puedan proyectar planes y actividades que busquen mejorar la capacidad de coordinación. Así, el diseño de enseñanza a una disciplina.

La iniciación deportiva se ha considerado tradicional la base de aprendizaje de las capacidades básicas deportivas, por eso figurar como objetivos esenciales de cualquier programa de enseñanza deportiva, se requiere plasmarse en habilidades y técnicas.

Antón (1990), realiza una de las primeras definiciones sobre iniciación deportiva. Para este autor, supone "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.

Las capacidades coordinativas representan un fundamento y una condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socio afectivo, ya no podemos analizarla únicamente desde el punto de vista biológico, sino que debemos asumir la repercusión que la misma posee sobre todas las dimensiones del ser humano.

Finalmente todos estos aspectos conllevan una serie de consecuencias, y por ende no se va a lograr los resultados deseados, es decir, niños con bajo desarrollo de las capacidades coordinativas, todos estos aspectos originan problemas en sus capacidades y más aún si no han sido evaluadas, para ver si mejoran o que está pasando con estas capacidades que son de suma importancia para las actividades deportivas en este caso el fútbol y por ende en la formación motriz del niño en edades tempranas.

Reconocer la importancia de que los niños y niñas vivan una serie de experiencias competitivas que respeten sus necesidades individuales. La competición en sí misma es uno de los grandes atractivos a la hora de realizar cualquier juego, pero ganar no debería ser el objetivo principal. Por el contrario debería hacerse hincapié en que cada jugador tenga la oportunidad de mejorar su nivel de juego y sus destrezas.

Finalmente los resultados obtenidos sirvieron para elaborar una guía metodológica para mejorar la enseñanza de disciplinas en las edades comprendidas entre 8 y 10 años. Esto sirve como instrumento para los docentes.

1.5. DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO.

a. Delimitación espacial.

La investigación aborda la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.

b. Delimitación temporal.

La investigación la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018

c. Delimitación de recursos.

En los recursos humanos, se ha contado con la participación de niños, entrenadores, colaboradores, y apoyo del asesor externo. De la misma forma reconocer el apoyo del equipo asesor.

Respecto a los recursos materiales, las bibliotecas de las Universidades nacionales y particulares, los equipos informáticos, los útiles de oficina y los instrumentos elaborados, han facilitado el desarrollo de la investigación.

Asimismo, en recurso Institucional, se realizó en el ambiente de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María con estudiantes del 5^{to} grado de primaria, lo cual ha favorecido para la culminación del estudio.

1.6. VIABILIDAD DEL ESTUDIO

La viabilidad o factibilidad del estudio, está ligado a la disponibilidad de recursos humanos, financieros, y materiales que determinarán en última estancia los alcances del estudio.

Esta investigación es viable para su ejecución porque se cuenta con apoyo de equipo asesor, colaboradores y asesorías externas, de la misma manera materiales disponibles y los recursos financieros empleados han permitido viabilidad de la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.

2.1.1. Antecedentes Extranjeros.

López y Rivera. (2010) en su tesis “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” sección diurna de los segundos y terceros años de bachillerato”. Tesis de grado previo a la obtención del Título de Licenciados en la Especialidad Entrenamiento Deportivo. Universidad Técnica del Norte. Ibarra.

La metodología utilizada fue la investigación de campo donde se palpó las necesidades de las instituciones al momento de realizar la práctica fútbol, el poco apoyo a realizar encuentros con otras instituciones ya que veían como una pérdida de tiempo, tanto es así que los niños se mostraban desmotivados, docentes con mucha dificultad a la hora de enseñar los fundamentos técnicos en edades de 8 a 10 años, y nos mostró la necesidad de la implementación de una metodología para el proceso de enseñanza aprendizaje del fútbol haciendo hincapié en estas edades. Los resultados que arrojaron dieron cuenta que el poco conocimiento de iniciación deportiva del fútbol, el juego pre-deportivo lo manifiesta a un segundo plano e incluso nunca lo realiza previo a una actividad deportiva; las actividades deportivas se notó un desorden absoluto a la hora de la clase ya que los niños no muestran interés por el fútbol. Y lo que llamo mucho la atención fue el desinterés a la práctica deportiva En conclusión, se analizó que los valores educativos del deporte son fundamentales a la hora actividad, se analiza el deporte escolar como algo primordial para la socialización con otras instituciones, las creencias que existen sobre los valores que aportan el deporte como a mantener un cuerpo sano, ayuda a la motricidad del niño etc.

Arroyo. R. (2012) en la tesis “La iniciación deportiva y su incidencia en el desarrollo de los fundamentos del fútbol en las categorías sub 8 y sub 10 de la academia Jonathan arroyo de la ciudad de Latacunga”. Tesis para la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física. Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.

La metodología utilizada fue de investigación de campo, por cuanto se hizo la observación directa en los entrenamientos y prácticas deportivas de los niños de 8 a 10 años, donde se palpó las necesidades que tenían sus entrenadores, al momento de realizar la práctica de fútbol, se comprobó la preparación y conocimiento del personal de la Institución, evidenciándose la pérdida de tiempo en los entrenamientos, originando en los niños una desmotivación, entrenadores profesores con mucha dificultad a la hora de enseñar los fundamentos técnicos, aplicando estrategias caducas y tradicionales, determinando la necesidad de aplicar estrategias metodológicas activas para el proceso de enseñanza aprendizaje de fútbol acorde a estas edades. Los resultados que arrojaron dieron cuenta que el poco conocimiento de iniciación deportiva que poseen los entrenadores, profesores, impidiendo mejorar la práctica del fútbol, el juego pre deportivo se lo releva a un segundo plano e incluso nunca lo realiza previa a una actividad deportiva; En las actividades deportivas se notó un desorden absoluto a la hora de la clase los niños no muestran interés por esta disciplina, dando muestras de desinterés en la práctica deportiva. En conclusión se analizó que los fundamentos, como los valores deportivos y educativos son fundamentales a la hora de la enseñanza aprendizaje, las actividades desarrolladas en la práctica de un deporte son primordiales para la socialización y articulación con la práctica deportiva, las relaciones interinstitucionales coadyuvan a fomentar el juego limpio.

Caiza y Pijal. (2012) en su tesis “Estudio de las capacidades

coordinativas y su influencia en los fundamentos técnicos del fútbol en los niños y niñas de 10 – 12 años de las escuelas fiscales 9 de octubre y Túpac Yupanqui de la parroquia de San Antonio de Ibarra en el año 2012 y propuesta alternativa”. Tesis de grado previo a la obtención del Título de Licenciados en la Especialidad Entrenamiento Deportivo. Universidad Técnica del Norte. Ibarra.

La presente investigación se orientó a elaborar una guía didáctica de actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades coordinativas y aplicación en los fundamentos técnicos del fútbol orientada a los niños y niñas de 10 a 12 años de las Escuelas Fiscales Mixtas 9 de Octubre y Túpac Yupanqui de la Parroquia de San Antonio de Ibarra. La presente investigación corresponde a una investigación cuali-cuantitativa con un diseño no experimental basada en un trabajo de campo y en la recolección de documental y bibliográfica de la información referente a las capacidades coordinativas y los fundamentos técnicos del fútbol. Para la recopilación de la información empírica se utilizó fichas de observación y test que fueron aplicadas a la muestra de la población de las escuelas 9 de Octubre y Túpac Yupanqui, las cuales nos sirvieron para tener un conocimiento claro acerca de las capacidades coordinativas y fundamentos técnicos del fútbol que cada uno de los niños y niñas poseen; para realizar posteriormente un estudio de los resultados presentados para buscar una solución de los problemas manifestados a través de la guía didáctica de actividades lúdicas que permitirán mejorar las deficiencias presentadas. Los beneficiarios directos son los niños y niñas de las Escuelas Fiscales Mixtas 9 de Octubre y Túpac Yupanqui y sus profesores de Educación Física.

Cellán. J. (2013) en su tesis “Las capacidades físicas coordinativas y su incidencia en la práctica de cultura física en los estudiantes de 10 y 12 años de la unidad educativa marina castillo de yépez, en el periodo lectivo 2012 - 2013. de la autoría de la investigadora”. Tesis para optar el título de Licenciatura en Ciencias Jurídicas, Sociales y de la

Educación especialización Cultura Física. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO, Ecuador.

Un área de estudio del desarrollo humano es el desarrollo motor, definido como el cambio progresivo en el comportamiento a lo largo del ciclo de la vida, producido por la interacción entre los requerimientos de la tarea, la biología del individuo y las condiciones del ambiente, por lo tanto es un proceso secuencial, relacionado a la edad cronológica pero no dependiente de ella, que presenta una evolución desde movimientos desorganizados y poco habilidosos a la ejecución de habilidades motoras altamente complejas. El desarrollo motor está presente en las diferentes etapas del desarrollo de los estudiantes, ayudándolos a resolver sus situaciones motrices y entorpeciendo en algunos casos sus actividades, en este caso estudiaremos la incidencia de las capacidades coordinativas en las clases de cultura física.

2.2.2. Antecedentes Nacionales.

Cochachi, K. (2014). Juegos de iniciación para el aprendizaje de la técnica de recepción del voleibol en estudiantes del quinto grado de primaria de la institución educativa pública N° 30209 de el tambo. Tesis de licenciado en pedagogía y humanidades especialidad: educación física. Universidad Nacional del centro del Perú. Facultad de Pedagogía y Humanidades. Huancayo, Perú.

La investigación es de tipo aplicada, arribando al nivel explicativo. El método que nos acompañó desde el inicio al final de la investigación como método general fue el método científico y como método específico aplicado en nuestro experimento fue el método experimental. El diseño que guio la investigación fue el pre experimental con pre y pos test con un solo grupo. La muestra fue hallada mediante la técnica no probabilística y la investigación fue constituida por 10 estudiantes del sexo femenino del Quinto Grado de Primaria de la I.E.P N° 30209. La

técnica para recopilación de datos fue la evaluación. Cuyo instrumento fue acondicionado de una ficha de observación ya aplicada en una tesis anterior. Para el procesamiento de datos se aplicó la estadística descriptiva e inferencial. Se arribó a la siguiente conclusión: La aplicación de un programa de juegos de iniciación influye significativamente en el aprendizaje de la técnica de recepción del voleibol en estudiantes del Quinto Grado de Primaria de la I.E.P N° 30209 de El Tambo.

Cuentas y Rivas, m. (2013) en la tesis “Enseñar a jugar” en Chiclayo – Lambayeque. t tesis para optar el grado de magíster en gerencia social. Pontificia Universidad Católica del Perú Escuela de Posgrado. Lima – Perú.

El presente estudio tiene por finalidad presentar los resultados de la línea de base del proyecto “Enseñar a Jugar”. Proyecto que tiene como objetivo contribuir a formar comunidades más sanas y seguras, a través de una metodología canadiense que utiliza el juego y el deporte en el proceso de aprendizaje de los niños; y en el desarrollo de habilidades de liderazgo de los adolescentes y jóvenes. El proyecto en estudio presenta un enfoque novedoso que se caracteriza por incluir al juego y al deporte como herramientas fundamentales en el proceso de aprendizaje de los educandos con la finalidad de que estos adquieran un desarrollo holístico, y demás habilidades que les permitan también contribuir en el desarrollo de su comunidad. Dicho enfoque se basa en los beneficios comprobados del juego y el deporte en el desarrollo de los educandos.

Dextre, J. (2016) en su tesis “Capacidades coordinativas físicas de los estudiantes del 3 ° de primaria de la institución educativa N.º 2071 “César Vallejo”, los olivos, 2015”. Tesis para optar el título profesional de: licenciado en educación secundaria. Universidad Cesar Vallejos. Lima.

El objetivo general fue determinar el nivel de las capacidades coordinativas físicas de los estudiantes del 3º de primaria de la Institución Educativa N.º 2071 César Vallejo de Los Olivos en el año 2015 La metodología empleada para la elaboración de esta tesis estuvo relacionada al enfoque cuantitativo. Es una investigación básica sustantiva que se ubica en el nivel descriptivo. El diseño de la investigación es no experimental transaccional o trasversal de tipo descriptivo. La población fue de 70 estudiantes y la muestra fue de 70 estudiantes educación primaria de la Institución Educativa N.º 2071 César Vallejo de Los Olivos, 2015. Se utilizó la técnica de la observación. Entre los resultados encontrados de la encuesta aplicada a los estudiantes del 3º de primaria de la Institución Educativa N.º 2071 “César Vallejo” del distrito, Los Olivos, 2015 se obtuvo que el 90%(63) refirieron que están en una etapa de proceso en relación a la capacidad coordinativa, el 9%(6) refirieron que están en etapa de inicio en relación a la capacidad coordinativa y solo el 1%(1) de los estudiantes encuestados refirieron que están en un avance de logro en relación a la capacidad coordinativa.

Arenas y Arteaga (2015), en la tesis denominado: “Programa de juegos con balón para desarrollar la coordinación óculo - podal en niños de la categoría 2006 de la escuela de fútbol deporcentro - Huancayo”, Tesis para optar el título profesional de: licenciado en pedagogía humanidades, especialidad: educación física. Universidad Nacional del Centro del Perú. Huancayo.

El objetivo logrado fue: Determinar la influencia de un programa de juegos con balón para desarrollar la coordinación óculo - podal en niños de la categoría 2006 de la escuela de fútbol Deporcentro - Huancayo”. Respondiendo al problema se formula la siguiente hipótesis. La aplicación de un programa de juegos con balón influye significativamente en el desarrollo de la coordinación óculo - podal en niños de la categoría 2006 de la escuela de fútbol Deporcentro – Huancayo. El nivel de la presente investigación es el explicativo, de tipo

aplicada, se utilizó como método general el científico y como método particular el experimental, teniendo como diseño de investigación el pre experimental con un solo grupo, aplicando un pre test y un post test, la población estuvo constituida por 30 niños de la categoría 2006 de la escuela de futbol Deporcentro Huancayo, la muestra se conformó por 20 niños de la edad de 6 años; se aplica la técnica de muestreo no probabilístico. La técnica para recopilar los datos fue el test de coordinación óculo podal, utilizando el procedimiento de datos de análisis estadísticos, la descriptiva simple y la T de student arribando a la siguiente conclusión estadística. Existen diferencias estadísticamente significativas en la población de promedios de la prueba de entrada y prueba de salida, en la aplicación de juegos con balón para desarrollar la coordinación óculo - podal en niños de la categoría 2006 de la escuela de futbol Deporcentro Huancayo.

2.2. BASES TEÓRICAS.

2.2.1. Iniciación Deportiva.

2.2.1.1. Definición.

En este proceso de enseñanza aprendizaje, el alumno debe evolucionar por una serie de etapas en las cuales va a ir aprendiendo y desarrollando diversos contenidos (físicos, técnicos, tácticos o psicológicos) adaptados tanto a sus características biológicas como psicológicas. Así podrá ir progresando en su deporte de una manera racional y pedagógica, y se evitará una posible especialización temprana.

Hace ya bastantes años, Antón (1990), realiza una de las primeras definiciones sobre iniciación deportiva. Para este autor, supone "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.

Según Álvarez del Villar (1987) apunta que "la iniciación en cualquier deporte debe buscar una variada formación de base sobre la cual poder fundamentar un rendimiento máximo posterior". De forma sencilla Sánchez Bañuelos (1984) entiende que una persona se inicia en un deporte cuando consigue una operatividad básica en el contexto global del juego.

Para 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 Moreno (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. Por su parte, Romero Granados (2001) 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".

2.2.1.2. Objetivos generales de la iniciación deportiva.

Como cualquier otro contenido de la Educación física en primaria, los fines a conseguir con la iniciación deportiva deben contribuir a la consecución de los objetivos generales de nuestra área en esta etapa.

Los objetivos de la iniciación deportiva van a suponer las finalidades generales que queremos conseguir con nuestros alumnos a través de la 10 práctica deportiva en

estas edades.

Estos objetivos van a marcar las líneas generales de nuestra actuación como profesores o entrenadores. Además de estos objetivos generales, cada modalidad deportiva añadirá otros más puntuales, particulares, específicos y contextualizados.

Partiendo de los objetivos que Antón (1990) enumera para la iniciación al balonmano, podemos generalizar estos a la iniciación deportiva en general añadiendo alguno más:

- Mejorar la salud de los alumnos. Desde nuestro punto de vista, e independientemente del deporte o actividad física que practiquemos, el principal objetivo que debemos tener en cuenta en la iniciación va a ser ayudar a mejorar la salud de todos los participantes. Este objetivo va a conllevar, entre otras cosas, que trabajemos las cualidades físicas adecuadas a la edad, que los contenidos técnico-tácticos sean idóneos, que trabajemos de forma motivante, etc.
- Trabajar los contenidos técnico-tácticos básicos. Principalmente trabajaremos los medios técnico-tácticos individuales y los colectivos básicos, incidiendo más en la fase de ataque en ambos casos.
- Enseñar las reglas básicas de la modalidad deportiva practicada. La enseñanza de las reglas debe ser progresiva. En el primer contacto debemos enseñar de forma global lo imprescindible para poder jugar, sin importarnos que los chicos cometan diferentes violaciones al reglamento. Conforme van dominando los distintos medios, iremos

profundizando más 11 en ellos. Primero nos centraremos en los deportes reducidos y más tarde en los deportes oficiales.

- Mejorar la socialización y el trabajo en equipo. Este objetivo supone desarrollar o mejorar aspectos sociales como el respeto entre compañeros y adversarios, y fomentar la cooperación entre los compañeros para un fin común: disfrutar de la práctica deportiva. En estas edades no va a ser fácil porque sabemos lo egocéntricos que son los niños, pero es una buena etapa para ir superándolo.

Conseguir hábitos de práctica deportiva. Como último objetivo general, aunque habrá otros más puntuales o específicos, buscamos el conseguir hábitos saludables entre todos los jugadores, independiente del nivel que alcancen.

Buscaremos que disfruten con el deporte y que en el futuro sigan practicándolo, colaborando en un estilo de vida más saludable.

2.2.1.3. Factores que influyen en la iniciación deportiva.

El proceso de enseñanza aprendizaje en la iniciación deportiva debe realizarse en función una serie de factores que afectan y rodean al proceso.

Según Hernández et al. (2000) son el sujeto, el deporte y el contexto. Cada uno de estos factores tiene distintos subfactores que afectan al proceso de iniciación deportiva de forma aislada o en combinación con otros.

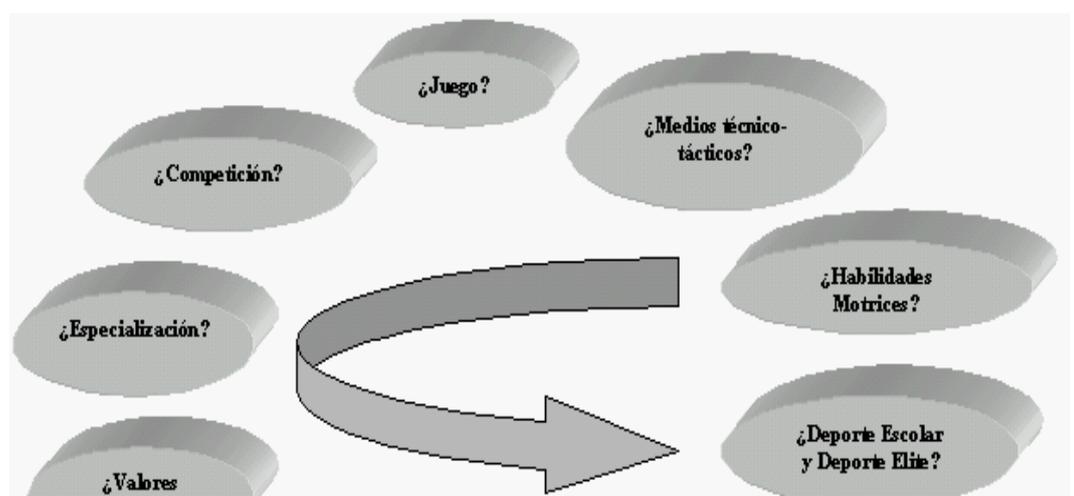
A nuestro criterio algunos de los más importantes son estos que mostramos a continuación.



Gráfico 1. Factores que condicionan la iniciación deportiva

Para Hernández et al. (2000) las características del sujeto y de la actividad en la que se va a iniciar son elementos fundamentales y condicionantes básicos, que se ven complementados con el contexto en el que se ubican ambos.

2.2.1.4. Factores que influyen en la iniciación deportiva



Elementos básicos en la metodología de la iniciación deportiva

El deporte en las primeras edades debe entenderse como una actividad más que va a ayudar a la formación de los alumnos y alumnas de primaria. Esto quiere decir que debemos huir de planteamientos elitistas donde sólo los mejores tienen cabida en la práctica deportiva. Este tratamiento necesariamente educativo del deporte en estas edades no debe ir en contra de un proceso de enseñanza-aprendizaje correcto donde todos los jugadores vayan mejorando en la medida de sus posibilidades. Desde este punto de vista es necesario estudiar y profundizar diferentes ámbitos de la práctica deportiva:

En primer lugar, deberíamos estudiar los valores positivos que puede aportar el deporte, y su contribución a una educación más integral del alumnado.

Por otro lado, y vinculado siempre al enunciado anterior, estudiaremos y profundizaremos sobre todos aquellos contenidos que van a influir en una mejor enseñanza del deporte con objeto de mejorar la formación motriz y, por lo tanto, aumentar el nivel de juego.

2.2.1.5. Fases de formación deportiva

Los deportistas deben pasar por una serie de etapas o fases que les van a llevar desde su primer contacto con el deporte, iniciación, hasta la alta especialización. El establecimiento de estas fases implicará que podamos programar el trabajo con nuestros deportistas con tiempo suficiente, de forma progresiva y coherente, sin tener prisas, y evitando que nos saltemos pasos y escalones necesarios en la educación motriz de los jugadores. Creemos muy importante el conocimiento y estudio de estas etapas (objetivos a conseguir en cada fase, contenidos a desarrollar o la metodología a utilizar) para poder centrar el trabajo y desarrollar una buena iniciación deportiva en el deporte/s que practiquemos.

Los educadores y entrenadores que trabajamos en iniciación debemos ser respetuosos con la progresión en el aprendizaje para que éste sea lo más correcto posible. Estamos en contra de plantear objetivos muy a corto plazo, buscando los resultados por encima de cualquier otro aspecto. Para ello, se saltan etapas de formación importantes, se enseñan contenidos no acordes a la edad de los alumnos con los que trabajan o utilizan una metodología de instrucción donde los participantes no intervienen para nada, pasando a ser meros ejecutores. Todo esto les llevará a limitar de forma brusca su posible progresión. Hay que ir despacio, tener paciencia y plantearse objetivos a más largo plazo dando oportunidades a todos y respetando las fases de formación que a continuación vamos a desarrollar.

Pintor (1989) divide la formación del jugador en cinco etapas o fases de formación: primera etapa de iniciación, segunda etapa de iniciación, primera etapa de perfeccionamiento,

segunda etapa de perfeccionamiento y alta especialización. Centrándonos en las etapas que se corresponden aproximadamente con la Educación Primaria vemos a continuación cómo se pone en práctica cada una:

- **Formación motriz básica (los 6 - 8 años).** Pintor interpreta esta etapa como previa a la primera etapa de iniciación. Se trabajarán principalmente todo tipo de actividades de E.F. de Base y juegos múltiples. Entre los principales objetivos que este autor se plantea podemos destacar: adquirir el conocimiento del propio cuerpo y su capacidad de movimiento, aprender las habilidades motrices básicas en la acción del propio cuerpo y en el manejo de objetos, desarrollar la motivación hacia la actividad física, favorecer el desarrollo natural de las capacidades físicas y la maduración psicológica.
- **Primera etapa de iniciación (8 -10 años).** Va a ser una etapa de formación multideportiva básica. Realizaremos todo tipo de juegos y practicaremos varias especialidades deportivas. Como principales objetivos podemos destacar: conocer globalmente varios deportes, conocer las reglas básicas, conocer y aplicar los principios generales y específicos que rigen los juegos deportivos colectivos de cooperación oposición, participar en competiciones de forma intrascendente, desarrollar las cualidades físicas de forma natural, adquirir hábitos higiénico-deportivos.
- **Segunda etapa de iniciación (10 - 12 años).** Va a ser una etapa de consolidación, mejora y ampliación de la formación básica. Practicaremos un número mucho menor de deportes. Como principales objetivos destacamos: competir formalmente en dos o tres deportes complementarios y compatibles,

adquirir las habilidades coordinativas generales y específicas de los deportes practicados, ampliar el conocimiento de reglas, adquirir nociones básicas sobre la táctica individual y colectiva, o desarrollar las cualidades físicas acordes con la edad.

2.2.1.6. Elementos contextuales que afectan al proceso de enseñanza aprendizaje de los deportes

Son muchos los elementos que pueden influir en el proceso de formación deportiva del niño que se inicia y estos pueden actuar por sí solos o en combinación con otros elementos del contexto o propios del sujeto y la lógica interna del deporte objeto de la iniciación. Como podemos observar en el siguiente grafico (2) son muchos los elementos propios del contexto que afectan al proceso de enseñanza aprendizaje.

En ocasiones, todos hemos escuchado alguna vez a algunos directivos de entidades educativas y deportivas, a profesores / entrenadores y a padres que las condiciones del contexto no son las adecuadas para producir aprendizajes; sin darse cuenta que ellos también forman parte como elementos de ese contexto, y que por su capacidad de decisión para ofrecer soluciones y adaptaciones al proceso tienen más importancia que otros porque pueden favorecer o no la consecución de aprendizajes deportivos y educativos mínimos en el niño.

2.2.1.7. Tipo de deporte.

En general se suele plantear una metodología similar en la docencia del deporte en edades de iniciación, pero en realidad deberíamos analizar el tipo de práctica que desarrollamos con objeto de adecuar nuestra actuación a la especificidad de esta. Hernández Moreno s/a realiza una

clasificación sobre el deporte atendiendo a la presencia o no de compañeros y adversarios y que nos sirve para realizar posteriormente este análisis.

- Deportes psicomotrices o individuales. Serán todos aquellos deportes en los que participamos individualmente sin la presencia de compañeros ni adversarios (salto de longitud, lanzamiento de jabalina).
- Deportes de oposición. Serán todos aquellos deportes individuales en los que nos enfrentamos a otro oponente. Abarcaría a todos aquellos deportes denominados tradicionalmente de adversario (tenis o bádminton individual, deportes de lucha).
- Deportes de cooperación. Serán todos aquellos deportes en los que participamos dos o más compañeros sin la presencia de adversarios (patinaje por parejas, gimnasia rítmica por equipos).

Deportes de cooperación-oposición. Serán todos aquellos deportes en los que un equipo de dos o más jugadores se enfrenta a otro de similares características. Incluimos aquí todos los deportes colectivos. Hernández Moreno (1994) distingue tres grandes grupos dentro de estos deportes. Primero estarían aquellos deportes de cooperación-oposición que se realizan en espacios separados y con participación alternativa de los intervinientes (voleibol o tenis dobles). En segundo lugar estarían aquellos que se realizan en espacio común pero con participación alternativa (frontón por parejas). Por último estarían aquellos que se desarrollan en espacios comunes y con participación simultánea (baloncesto, fútbol o balonmano).

2.2.1.8. Importancia de la técnica y la táctica.

En estrecha relación y vinculación con el apartado anterior desarrollamos brevemente la importancia de dos elementos imprescindibles en la enseñanza de cualquier deporte: la técnica y la táctica. Queremos dejar claro que estos dos elementos han de ser tenidos muy en cuenta en el aprendizaje de cualquier deporte, pero que no en todos tienen la misma importancia. La enseñanza de la técnica en todos los deportes está mucho más vinculada con el mecanismo de ejecución, mientras que la táctica se relaciona mucho más con los mecanismos de percepción y decisión.

Desde esta perspectiva, la técnica tendrá una mayor importancia en los deportes psicomotrices y los de colaboración analizada ya anteriormente.

Por otro lado, la táctica tendrá mayor importancia en los deportes de cooperación-oposición y los deportes de oposición (López y Castejón, s/a). Esto no quiere decir, ni mucho menos, que la técnica no sea necesario trabajarla en los deportes donde existe oposición, pero sí que se desarrollará en situaciones reales similares a lo que ocurre en la realidad del juego.

2.2.1.9. Estrategias a utilizar

Como resumen y aplicación de los tres apartados anteriores, nos vamos a atrever a continuación a enunciar algunas pautas metodológicas muy simples sobre la utilización de estrategias, técnicas y estilos de enseñanza.

- En las primeras edades deben predominar claramente el empleo de estrategias globales, con sus variantes, sobre las analíticas, sobre todo en los deportes donde exista oposición.
- La técnica de enseñanza ha evolucionado en los

últimos años hacia aquellas que tienen más en cuenta a los alumnos, su proceso de aprendizaje y su motivación. En este sentido, evitaremos utilizar técnicas demasiado instructivas con objeto de permitir una mayor libertad de los participantes en el desarrollo del juego, lo que ayudará a la consecución de jugador mejor formado motriz y cognitivamente.

- En función de la estrategia y técnica aconsejada, no queda más remedio que plantear estilos de enseñanza que vayan en esta línea.

Creemos que en la etapa de iniciación se pueden utilizar estilos como la resolución de problemas cuando comenzamos a enseñar aquellas habilidades genéricas más relacionadas con nuestra práctica deportiva, y el descubrimiento guiado cuando comenzamos a enseñar las habilidades específicas más básicas y sencillas. A partir de ahí, sobre los 12-14 años, se utilizarán estilos algo más directivos como la asignación de tareas para el aprendizaje de medios técnico-tácticos más complejos.

2.2.1.10. La iniciación deportiva en el entrenamiento deportivo y la educación escolar

La iniciación deportiva escolar o el entrenamiento para la formación deportiva son un proceso que puede plantearse dividido en dos grandes etapas: la iniciación y enseñanza de uno o varios deportes con finalidad educativa o de un único deporte orientado hacia el logro de resultados deportivos.

Para un adecuado planteamiento y desarrollo de cualquiera de las dos etapas a que nos hemos referido anteriormente, los conocimientos aportados por la praxiología motriz son necesarios al menos en aspectos tales como el análisis de

la estructura o lógica interna de los deportes; la elaboración de los planes y programas de enseñanza y de entrenamiento; el diseño de las tareas motrices tendentes al logro de los objetivos motores pretendidos, la configuración y desarrollo de las situaciones motrices; así como para favorecer el control y la evaluación del proceso entrenamiento y/o enseñanza que se desarrolle.

Situados en el ámbito a que acabamos de hacer referencia, es decir, la praxiología motriz, ésta aporta al proceso de iniciación deportiva orientado hacia la educación física escolar o al entrenamiento y el logro de resultados deportivos aspectos tales como los siguientes:

- En cuanto al análisis de la estructura o lógica interna de los deportes, la determinación del grado de complejidad estructural. A mayor complejidad estructural o diferente estructura mayores dificultades para el proceso de iniciación y diferentes análisis y planteamientos. Debe ser planteado de forma distinta, al menos en aquellos aspectos que así lo demanden, el proceso de iniciación para el salto de altura y para el fútbol, sea las que sean las características del individuo o individuos que se inician.
- Para la planificación del proceso, es necesario tener presente cuáles son los factores intervinientes en la misma tales como la estructura del deporte que se enseña, la secuencia de contenidos a impartir en lo referente al aumento del grado de complejidad estructural, el planteamiento de un proceso polideportivo, en el sentido a que se hace referencia en este texto; tener presente que la distribución a lo largo de un plan de enseñanza o entrenamiento de

los distintos parámetros configuradores de los deportes como pueden ser la técnica o gestualidad y la estrategia motriz o táctica, depende fundamentalmente del tipo de deporte de que se trate, en deportes en los que predomina la conducta de ejecución, como pueden ser el salto de altura o lanzamiento de peso, la enseñanza de la técnica suele ir antes que la de la táctica, pero en deportes en los que predomina la conducta de decisión, como son el fútbol, el baloncesto o el hockey, es necesario tener en cuenta que por lo general toda acción técnica debe estar integrada en una situación táctica, o dicho de otra manera, el sentido estratégico motriz o táctico debe estar presente cuando se enseña la técnica, e incluso en muchos casos la estrategia motriz o táctica debe enseñarse antes que determinadas técnica y en otros hay algunas estrategias motrices que deben enseñarse antes que la técnica.

2.2.1.11. Juegos Pre deportivos

El juego va a ser el medio más empleado para desarrollar motrizmente a los alumnos o jugadores durante las primeras etapas de formación. En una lógica aplicación de este medio parecería correcto que tras una primera etapa donde empleáramos sobre todo juegos simples, primer ciclo de primaria, pasaríamos más tarde a utilizar los juegos predeportivos genéricos y específicos en el segundo y tercer ciclo. En la parte final de la fase de iniciación comenzaríamos a utilizar los deportes reducidos con las interesantes aportaciones pedagógicas y reglamentarias que plantean.

2.2.1.12. Concepto de juegos pre-deportivos

Los juegos pre-deportivos son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos. Asimilación de habilidades deportivas.

En este sentido, los juegos pre-deportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para los deportes. Por lo general, los juegos pre-deportivos y los juegos deportivos comparten ciertas reglas y asimilación de habilidades deportivas de ahí la significación para nuestro trabajo investigativo y el empeño en demostrar las potencialidades de los juegos pre-deportivos como herramienta para dar cumplimiento a los objetivos de la iniciación deportiva.

Los profesores que organizan juegos pre-deportivos deben tener una actitud pedagógica sin olvidar que el centro de atención es el niño y su aprendizaje. Con los juegos pre-deportivos, los niños se acercan a la competición y pueden percibir, analizar y tomar decisiones. También se recomienda que, cada día, el entrenador enseñe pocas cosas y de libertad para que los niños improvisen, sin demasiadas explicaciones e interrupciones.

Los juegos pre-deportivos van a suponer la cima, los juegos más reglados y exigentes antes de adentrarnos en el mundo complejo del deporte a través de los deportes reducidos. El juego pre-deportivos va ser un tipo de juego con reglas más complejas, mayor duración y que implica el

dominio de un mayor número de habilidades que los juegos simples. García - Fojeda s/a sitúa al juego pre-deportivos de forma intermedia entre el juego simple y el deporte, como un paso posterior al juego simple y previo al deporte. Entiende que este tipo de juegos tienen una mayor duración que los juegos simples pero mucho menor que el deporte, y que tiene reglas algo más complejas que los juegos simples pero no tan excesivamente complicadas como las que intervienen en el deporte, y que exige la movilización de capacidades o habilidades hechas a la medida del prepúber. En definitiva, son juegos complejos que van a desarrollar habilidades deportivas de forma genérica o específica. Ejemplos: batear y correr, fildeo-tiro, tiros y recibo, etc.

2.2.1.13. Clasificación de los juegos pre-deportivos

Los juegos pre-deportivos como paso previo al deporte se pueden clasificar en función del tipo de habilidades que desarrollen. García Fojeda s/a distingue principalmente dos tipos:

1. Juegos pre deportivos Genéricos: serán aquellos que van a desarrollar habilidades comunes a varios deportes como pueden ser por ejemplo los lanzamientos y recepciones.
2. Juegos pre deportivos Específicos: serán aquellos que van a desarrollar alguna de las habilidades específicas de un deporte en concreto como pueden ser por ejemplo un juego de 2x2 sin demasiadas reglas y con 2 bases a 2 out para mejorar algunas de las habilidades.

Partiendo de esta simple clasificación podemos plantear múltiples juegos pre deportivos que pueden ser utilizados en

la enseñanza deportiva desde edades tempranas. Por lo que se asume para el trabajo esta clasificación, enfatizando fundamentalmente en la segunda que es la que se aviene a nuestra investigación si tenemos en cuenta su objetivo, el cual tiene como intención solventar la problemática existente en los grupos masivos y que guardan relación con la iniciación deportiva, por lo que se hace necesario un mayor acercamiento al deporte de béisbol, motivo de clase de estos grupo de alumnos.

2.2.1.14. Características de los juegos pre-deportivos

Permiten la evolución del contenido de aprendizaje social ya que mediante los Juegos pre deportivos se van adoptando progresivamente más reglas lo que hace que el jugador adopte nuevas destrezas, respete las normas establecidas y haga prevalecer los intereses del grupo por encima de los personales.

2.2.1.15. Objetivos de los juegos pre-deportivos

- ✓ Dominio de las capacidades motrices, e integración de los elementos técnicos a ellas.
- ✓ Ejecución global de los elementos técnicos sin atender a la eficacia del movimiento
- ✓ Iniciación al aprendizaje técnico-táctico del deporte.
- ✓ Conocimiento básico de las reglas del deporte.

2.2.1.16. Etapas del entrenamiento deportivo

Nivel I. Etapa del pre-iniciación (8-10 años)

La Educación es fundamental de esta etapa es educar al niño/a, siendo el entrenador/a más un educador que un técnico deportivo. El adulto (técnico o educador) tiene el deber para con el niño/a deportista (Ruiz, 1987)

- Dotarle de una adecuada capacidad física que le permita participar de forma provechosa en la actividad deportiva.
- Incluirle en competencias donde no existan diferencias de nivel elevadas.
- Considerarle como una persona en proceso de crecimiento y que debe disfrutar del deporte.
- Prever la asistencia médica adecuada.
- Dotarle del material adecuado.
- Evitar trasladar al niño/a sus frustraciones.
- Disminuir el estrés deportivo.
- Controlar al máximo los posibles peligros.
- Conocer el deporte en cuestión al máximo y su influencia en el crecimiento.
- Poner como objetivo inicial la salud integral del niño/a, después la marca o resultado.

Aspectos como la respiración durante la carrera o durante las distintas ejecuciones técnicas, el calentamiento, etc., son fundamentales en esta etapa educadora. El objetivo fundamental y general de esta etapa es desarrollar las habilidades y destrezas motrices básicas del niño/a donde destaque una metodología lúdica.

Se deberán potenciar los siguientes aspectos:

- ✓ Desarrollo del esquema corporal y capacidades de movimiento.
- ✓ Desarrollo de percepciones y dimensión espacio-tiempo.
- ✓ Aprender habilidades y destrezas motrices básicas.
- ✓ Desarrollo de la motivación.
- ✓ Adquisición de hábitos higiénicos deportivos y

relaciones psicoafectivas.

Nivel II. Etapa de iniciación (11-12 años)

La Contextualización en esta etapa se busca el desarrollo del esquema corporal del niño, pero aumentando la dosis técnico-táctica. Es una etapa donde el niño empieza a sentir interés por la competición.

El objetivo general consiste en desarrollar y perfeccionar las habilidades y destrezas motrices básicas, así como aprender los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del fútbol, sin olvidar aspectos físicos. En resumen se basa en perfeccionar lo aprendido en la etapa anterior y además en:

- Conocer las reglas del fútbol.
- Participar en competiciones no trascendentes.

2.2.2. Las Capacidades Coordinativas

2.2.2.1. Definición.

WEINECK, (2005), menciona que, las capacidades coordinativas son determinadas sobre todo por la coordinación, esto es, por los procesos de regulación y conducción del movimiento. Además, “habilitan al deportista para dominar de forma segura y económica acciones motoras en situaciones previstas (estereotipos) e imprevistas (adaptaciones), y para aprender los movimientos deportivos con relativa velocidad”.

2.2.2.2. Capacidades Coordinativas Generales o Básicas

Son aquellas que incluyen la precisión o regulación y la dirección del movimiento, se dividen en:

Capacidad Reguladora del Movimiento.

RUIZ A. (s/a). Se define como fundamental debido a que sería imposible desarrollar las demás sin la regulación del movimiento, aquí entra a jugar un papel determinante las explicaciones y demostraciones del entrenador así como sobre criterios prácticas y teóricas de la acción motriz. La cantidad de movimientos que debe solucionar el sujeto de forma simultánea o sucesiva está estrechamente vinculada al éxito de la actividad, de ahí que el entrenador a través de diferentes vías (detección y corrección de errores, metodología adecuada, puede ir desarrollando la participación activa y consciente en el sujeto durante el proceso de aprendizaje.

Esta se manifiesta cuando el individuo comprenda y aplique en su ejercitación, en qué momento del movimiento debe realizar con mayor amplitud y con mayor velocidad, ella es necesaria para las demás capacidades coordinativas, sin ella no se puede desarrollar o realizar movimientos con la calidad requerida.

Capacidad de Adaptación y Cambio Motrices

LORENZO, (2002). Como capacidad de cambio se entiende la capacidad de adaptar el programa de acción motora a las nuevas situaciones, en base a los cambios situativos percibidos o anticipados durante la ejecución motora o la prosecución de la acción en forma

completamente diferente.

Esta capacidad se desarrolla cuando el organismo es capaz de adaptarse a las condiciones de los movimientos, cuando se presente una nueva situación y tienen que cambiar y volver a adaptarse, es por ello que se define, como: la capacidad que tienen el organismo de adaptarse a las diferentes situaciones y condiciones en que se realizan movimientos.

2.2.2.3. Capacidades Coordinativas Especiales

Son las coordinaciones específicas con relación a diversos contextos de actividad motora y deportiva.

La Capacidad Coordinativa de Orientación

WEINECK, (2005). Es concluida como la capacidad para determinar y modificar la situación y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo, en relación con campo de acción definido y/o con un objeto en movimiento.

Se define, como la capacidad de orientación que tienen el hombre cuando es capaz durante la ejecución de los ejercicios de mantener una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo, en dependencia de la actividad. Esta capacidad se pone de manifiesto cuando el individuo percibe lo que sucede a su alrededor y regula sus acciones para cumplir el objetivo propuesto

El Equilibrio.

GARCÍA y FERNÁNDEZ, (2002): el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y

articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad.

El equilibrio es la capacidad que posee el individuo para mantener el cuerpo en equilibrio en las diferentes posiciones que adopte o se deriven de los movimientos, cualquier movimiento provoca el cambio del centro de gravedad del cuerpo.

Tipos de Equilibrio. Clasificación.

RIGAL, (2006) y otros afirman que existen 2 tipos de equilibrio:

- Equilibrio Estático: Es el proceso perceptivo motor que busca un ajuste de la postura y una información sensorial exteroceptiva y propioceptiva cuando el sujeto no imprime una locomoción corporal.
- Destaca en este punto el equilibrio postural.
- Equilibrio Dinámico: el centro de gravedad sale de la vertical corporal para realizar un desplazamiento y, tras una acción reequilibradora, regresa a la base de sustentación.

Evaluación del Equilibrio

Al igual que con otras capacidades, el equilibrio es susceptible de valoración y medida. Para detectar posibles retrasos a nivel de equilibrio estático podemos emplear las pruebas que OZERETSKI y GUILMAIN (citados por JIMENEZ, 2002), nos ofrecen:

Mantenerse inmóvil un mínimo de diez segundos de puntillas y con los pies juntos (4 a 5 años).

Mantenerse sobre una pierna, a la “pata coja”, sin moverse durante diez segundos por lo menos (5 a 6 años).

Con los ojos cerrados y los pies juntos permanecer inmóvil sesenta segundos (6 años).

Permanecer de puntillas con los pies juntos y ojos cerrados un mínimo de quince segundos (9 a 10 años).

Mantenerse sobre una pierna con los ojos cerrados durante diez segundos por lo menos (9 a 10 años).

Ritmo

LORENZO, (2002). Es entendida como la capacidad para procesar un ritmo que viene dado desde el exterior, de reproducirlo en forma de movimientos.

El ritmo no es más que la capacidad que tiene el organismo de alternar fluidamente las tensiones y distensión de los músculos por la capacidad de la conciencia, el hombre puede percibir de forma más o menos clara los ritmos de los movimientos que debe realizar en la ejecución de un ejercicio y tiene la posibilidad de influir en ellos, de variados, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos.

Es la capacidad de dar un sustento rítmico a las acciones motrices (movimientos globales y parciales) es decir, de organizar los compromisos musculares de contracción y descontracción según un orden cronológico. Forma parte de esta capacidad el saber adaptarse a un ritmo establecido o imprevistamente cambiado.

Es determinante en el aprendizaje de cualquier movimiento deportivo y de desarrollo táctico de situaciones en las cuales se prevén variaciones de frecuencia de movimientos y la acentuación acústica de los ritmos de ejecución.

Algunos ejemplos de trabajo específicos de esta capacidad serían:

- Desplazamientos con variaciones de ritmo individual y grupal.
- Responder corporalmente a ritmos musicales.

Reacción.

LORENZO, (2002). La capacidad de reacción se entiende como la capacidad de inducir y ejecutar rápidamente acciones motoras breves, adecuadas en respuesta a una señal, donde lo importante consiste en reaccionar en el momento oportuno y con velocidad apropiada de acuerdo a la tarea establecida, pero en la mayoría de los casos el óptimo está dado por una reacción lo más rápido posible a esa señal.

Es la capacidad de proponer y ejecutar rápidamente acciones motrices adecuadas a las demandas de la situación de juego concreta como respuesta a un estímulo propio o del entorno (señales acústicas, ópticas, táctiles o kinestésicas).

Las capacidades de reacción pueden ser de tipo simple, o sea, de respuesta a señales previstas y conocidas en las que se movilizan movimientos ya preparados y unívocos, o de tipo complejo, como respuesta a estímulos no conocidos o imprevistos y con un abanico muy amplio de respuestas posibles.

En el contexto de los JDC, la naturaleza cambiante de los episodios lúdicos demanda fundamentalmente la segunda forma de capacidad de reacción (compleja), puesto que las

conductas motrices desarrolladas por los deportistas están determinadas en gran medida por el contexto significativo en el que se encuentra en cada momento el jugador.

Esta capacidad de reacción (compleja y de elección) es susceptible de mejora específica en nuestro deporte a través de la incidencia sobre los factores coordinativos de las habilidades y está influenciada por los procesos de anticipación motriz alcanzados mediante la ejecución de situaciones de aprendizaje variables (experiencia motriz).

Diferenciación.

LORENZO, (2002). La capacidad de diferenciación se entiende como la capacidad para lograr una coordinación muy fina de fases motoras y movimientos parciales individuales, la cual se manifiesta de una gran exactitud y economía del movimiento total.

Cuando el alumno ve un movimiento lo percibe en forma general, es decir, aprecia las nociones en cuanto a tiempo, espacio, así como las tensiones musculares que requiere un ejercicio para su realización en su conjunto, pero ya cuando pasa a la fase de realización, debe saber diferenciar las partes esenciales de cada ejercicio, sobre la base de sus conocimientos y de la respuesta motriz que tienen que dar. Por esto, en el desarrollo de esta capacidad la participación de la conciencia desempeña un papel fundamental.

De acuerdo con la respuesta motriz, es posible desarrollar la diferenciación en el grado de esfuerzo muscular, a medida que se realizan ejercicios sencillos con distintos grados de tensiones musculares como son: las flexiones y extensiones

de los brazos, ejercicios con pelotas medicinales, levantar pesos ligeros, etc. La diferenciación en cuanto a las magnitudes espaciales pueden desarrollarse de flexiones, elevaciones, desplazamientos, lanzamientos, etc. En relación con la noción del tiempo del ejercicio, se distingue el ritmo del movimiento, que abarca su estructura dinámica y temporal, aspecto este fundamental en la ejecución de un movimiento, y que se trata como una capacidad coordinativa especial ya explicada con anterioridad. Esta capacidad está estrechamente relacionada también con la regulación motriz.

La Coordinación.

SCHREINNER, Peter. (s/a) dice: “La coordinación es la acción combinada del sistema nervioso central y de la musculatura esquelética encaminada al desarrollo de un movimiento planificado”.

TORRES, (2005). Capacidad del organismo para ejecutar una acción motriz controlada, con precisión y eficacia.

Tipos de Coordinación. Clasificación.

LÓPEZ y GAROZ, (2004). Las clasificaciones de coordinación son muy variadas, pero hoy en día se reconocen dos grandes grupos.

- Coordinación Dinámica General.- Regula los movimientos corporales globales.
- Es la base de las habilidades motrices, junto al equilibrio.
- Coordinación Óculo Segmentaria.- Implica un ajuste de la vista y el segmento corporal. Es el respaldo de las destrezas.

Luego tenemos otras clasificaciones más actuales y más específicas, no tan genéricas como las dos anteriores. Es la clasificación que nos da TORRES, (2005), el cual agrupa la coordinación en diferentes ramas:

- Coordinación Gruesa: La necesaria para realizar movimientos amplios y generales.
- Coordinación Fina: Es aquella coordinación que necesita más de precisión, por la delicadeza de sus movimientos.
- Coordinación Segmentaria: La coordinación que necesita una parte de nuestro cuerpo.
- Coordinación General: Regula los movimientos globales.
- Coordinación Óculo-Manual: La que se emplea por ejemplo en baloncesto, donde llevamos un móvil en las manos.
- Coordinación Óculo-Pédica: La que se requiere en el fútbol, donde el móvil es llevado en, los pies.

Evaluación de la Coordinación.

No es fácil establecer test o pruebas útiles para medir y evaluar la coordinación al estar esta habilidad unida a otras capacidades. Aun así se pueden establecer dos apartados que nos ayuden a ver el nivel de esta capacidad.

Test: nos referimos a examen psicomotor de MAZZO y de VAYER y a la observación psicomotriz de Da Fonseca (LÓPEZGaró. 2004).

Pruebas escolares: En este sentido existen diversas pruebas para evaluar la coordinación, pero en la práctica el docente utiliza el salto en profundidad, triple salto a pies juntos, etc.

Todos estas pruebas tienen la ventaja de ser muy sencilla de realizar y rápidas, además de que el propio alumnado es muy consciente de su progresión.

2.2.2.4. Capacidades Coordinativas Complejas

Dentro de las capacidades coordinativas aparecen las capacidades coordinativas complejas, capacidad de aprendizaje motor y la agilidad. La materialización de estas capacidades está en dependencia del desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas ya explicadas. Tanto la capacidad de aprendizaje motor como la agilidad, son productos del desarrollo de las capacidades coordinativas generales y especiales y de las habilidades.

Pudiera decirse que una prima con mayor fuerza las capacidades coordinativas generales y en la otra las especiales, pero en síntesis existe interdependencia entre las diferentes capacidades coordinativas que determinan por una parte, el ritmo del aprendizaje motor y por otra, la progresividad de la agilidad.

El Aprendizaje Motor.

VIÑASPARE, P y colaboradores, (2004). Señala en el Manual de Educación Física y Deportes, el concepto de aprendizaje motor se utiliza normalmente para referirse al proceso por el cual el individuo adquiere un nuevo comportamiento mediante la práctica. Fundamentalmente está centrado en cualquier aprendizaje en el que el movimiento sea un elemento relevante de la respuesta del alumno.

Para ARBOLEDA, (2007), considera el aprendizaje motor como “el cambio en las capacidades de un sujeto para

realizar una tarea motriz, que debe ser inferida a partir de una mejoría relativamente permanente en el rendimiento como resultado de la práctica o la experiencia”.

LOPATEGUI, Edgar, (2008). El aprendizaje motor expresa que:

Es un proceso interno del ser humano mediante el cual el comportamiento se desarrolla y cambia, principalmente con la práctica y la adquisición de experiencias, este proceso produce cambios relativamente permanentes en la conducta del ser humano además es el conjunto de procesos y variables que afectan la frecuencia, nivel y retención para la adquisición de destrezas que involucran movimientos musculares. (p.23).

Agilidad.

Esta es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas. En el desarrollo de la agilidad está presente la relación con las demás capacidades y la coordinación existente entre ellas. En el momento de resolver una tarea motriz pueden estar presentes varias de esas capacidades abordadas anteriormente.

Esta capacidad se desarrolla bajo del Sistema Energético Anaerobio, requiriendo una gran intensidad de la velocidad durante los movimientos, pues generalmente se desarrolla a través de complejos de ejercicios variados y matizados por constantes cambios en la dirección de los mismos, esta capacidad contribuye a la formación de destrezas y

habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces, es el juego.

Según RAMÍREZ, Jorge. (s/a). La agilidad expresa que:

Es un término que se usa generalmente, para denotar la soltura, lo pronto y expedito que se puede mover una persona. En la educación física y el deporte se le ha considerado como una de las cualidades físicas básicas, a través de la cual se manifiesta la capacidad de asimilar rápidamente y ejecutar, rítmica y con soltura. No obstante, en la actualidad el término agilidad se ha sustituido, acertadamente por “CUALIDAD COORDINATIVA”. (p.2).

MOSTON citado por DEVIS, (2000). El término agilidad, como capacidad resultante, puede definirse como “la habilidad que se tiene para mover el cuerpo en el espacio y requiere de una combinación de fuerza y coordinación para que todo cuerpo pueda moverse de una posición a otra”.

Por su parte PORTA, (2001). La define como “la habilidad que permite al individuo realizar movimientos complejos con facilidad, naturalidad, velocidad y amplitud, así como de adaptarse a nuevos requerimientos motores de difícil ejecución con rapidez”.

2.3 Definición de Términos Básicos.

- **Aprendizaje:** Es el fenómeno mediante el cual se produce cambios en la conducta a través de la práctica y la experiencia.
- **Aprendizaje Motor:** Es un proceso por el que el hombre modifica su conducta para adaptarse a las condiciones cambiantes e impredecibles del medio que los rodea. Es la acción de percibir y comprender los movimientos motrices que realiza cada individuo con el fin de realizar con exactitud.

- **Capacidad de Acoplamiento:** Capacidad del niño de encadenar varias técnicas deportivas ya sea en forma simultánea o continuada, para poder ejecutar una acción motriz.
- **Capacidades Coordinativas:** Permiten juego armónico y económico intramuscular e intermuscularmente, de forma que se pueda aprender y realizar movimiento dirigido con finalidad práctica o deportiva.
- **Capacidad de Adaptación:** Poder del atleta de variar el programa motor originalmente previsto frente a una situación cambiada.
- **Capacidad de Equilibrio:** Capacidad del niño de mantener todo el cuerpo en una posición determinada o de recuperación en caso de desviación.
- **Capacidades Coordinativas Específicas:** Son las que se desarrollan más en el marco de la disciplina de competición correspondiente y se caracteriza según por la capacidad para variar la técnica propia de la modalidad.
- **Capacidad Coordinativas Generales:** Son aquellas que incluyen la precisión o regulación y la dirección del movimiento.
- **Capacidad de Orientación:** Es el poder del niño para determinar su posición y sus movimientos en el espacio
- **Capacidad de Reacción:** Capacidad del niño de ejecutar rápida y correctamente acciones adecuadas contestando a una señal y /o a cambios súbitos de la situación.
- **Capacidad de Ritmo:** Capacidad de captar, de memorizar y de ejecutar el ritmo temporal-dinámico de una acción motora y/o de desarrollar una dinámica individual al realizar el gesto motor.
- **Coordinación motriz:** La capacidad de realizar un movimiento de forma controlada y ajustada a los requerimientos que lo han originado.
- **Cualidades físicas:** Factores que determinan la condición física y orientan a la clasificación de una actividad deportiva de individuo.
- **Deporte escolar:** Es toda actividad física, que el individuo asume como esparcimiento y que suponga para él un compromiso de superación de metas, compromisos que en un principio no es necesario se establezcan más que con uno mismo.

- **Deporte:** Son las actividades que el individuo dentro de una competencia compara su rendimiento.
- **Edad biológica:** Es la que se corresponde con el estado funcional de nuestros órganos comparados con patrones estándar para una edad. Es por tanto un concepto fisiológico. Su conocimiento sería más informativo sobre nuestro envejecimiento real.
- **Edad cronológica:** Es la edad del individuo en función del tiempo transcurrido desde el nacimiento, es por tanto la edad en años.
- **Educación física:** Parte de la educación que utiliza de una manera sistemática las actividades físicas y las influencias de los agentes naturales como medios específicos.
- **Equilibrio:** Consiste en mantener relativamente estable el centro de gravedad del cuerpo.
- **Iniciación deportiva:** Es un proceso cronológico, en el transcurso del cual el sujeto toma contacto con nuevas experiencias regladas sobre una actividad física deportiva.
- **Juego:** Son aquellos ejercicios o acciones vitales que el niño promueve en el transcurso de su desarrollo.
- **Juego pre deportivo:** Forma lúdica motora de intermedio entre deporte y el juego y contiene de una modalidad deportiva.
- **Movimiento:** Es un fenómeno físico que implica el cambio de posición de un cuerpo que está inmerso en un conjunto o sistema y será esta modificación de posición, respecto del resto de los cuerpos, lo que sirva de referencia para notar este cambio y esto es gracias a que todo movimiento de un cuerpo deja una trayectoria.
- **Pedagogía deportiva:** Es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del individuo, a través del desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales, además de las habilidades motrices deportivas, influyendo igualmente de manera positiva en la conducta social de este.
- **Proceso deportivo:** Proceso de enseñanza - aprendizaje seguido por un individuo para la adquisición del conocimiento y la ejecución práctica del deporte.

2.4. HIPÓTESIS.

2.4.1. Hipótesis General

Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018

2.4.2. Hipótesis Específicas.

- a) Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.
- b) Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.
- c) Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018.

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES
LA INICIACIÓN DEPORTIVA	Práctica deportiva	1. Diferentes etapas 2. Estilos de enseñanza Atención
	Disciplina deportiva	1. Comportamiento, normas 2. Condiciones de salud física.
	Deportes	1. Juegos pre deportivos.

	Generales o Básicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Regulación de los movimientos. 2. Adaptación y cambio motriz.
--	---------------------	---

CAPACIDADES COORDINATIVAS	Específicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Orientación. 2. Equilibrio. 3. Ritmo. 4. Anticipación. 5. Diferenciación. 6. Coordinación.
	Complejas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aprendizaje motor. 2. Agilidad.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

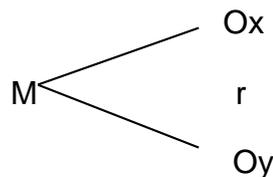
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO.

Tipo y Diseño de Investigación

La investigación es de tipo no experimental (ex post facto) de corte transversal, con un solo corte muestral, ya que el propósito de la investigación es examinar la relación entre dos variables (Salkind, 1999). En ese sentido, “la investigación proporciona indicios de la relación que podría existir entre dos o más cosas, o de qué tan bien uno o más datos podrían predecir un resultado específico” (p.19).

El diseño de investigación es descriptivo correlacional. Los estudios correlacionales tienen como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables (Hernández, Fernández & Baptista, 2006, p.121). En este sentido, la presente investigación nos permite conocer el grado de relación que existe entre ambas variables (las técnicas del fútbol y las capacidades físicas).

La representación del diseño de la investigación es la siguiente:



Donde:

M = Muestra de investigación

Ox = Observaciones de la variable
Iniciación Deportivas

Oy = Observaciones de la variable
Capacidades Coordinativas

r = Índice de relación entre ambas
variables.

En cuanto al diseño elegido para la recolección de datos, es un diseño correlacional. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010) este tipo de

diseño describe la relación entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado (p.154).

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA.

La Población.

Según Chávez, N. (1994, p.166) sostiene que “la población de un estudio es el universo de la investigación, sobre el cual se pretende generalizar los resultados; está constituida por características y estratos que les permite distinguir los sujetos, unos de otros”. Estuvo conformada por 100 estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

La Muestra.

Según Chávez, N. (1994, p.167) detalla que “la muestra es una porción representativa de la población que permite generalizar sobre ésta, los resultados de una investigación; su propósito básico es extraer información que resulta imposible estudiar en la población porque esta incluye en la totalidad”. La muestra probabilística estratificada estuvo constituida por 30 de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018

Para seleccionar la muestra se utilizó un muestreo no probabilístico de carácter intencionado.

3. 3. Técnicas de Recolección de Datos.

3.3.1. Técnicas:

Encuestas. – – Los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

3.3.2. Instrumentos:

Cuestionario

3.4. Métodos de Análisis de Datos.

Según Chávez, N. (1994) tomando como referente la estadística descriptiva “se utiliza en la distribución de frecuencia y porcentaje para expresar una visión general del conjunto de datos obtenidos por la aplicación

del Instrumento”, esto significa realizar el análisis estadístico de los datos obtenidos. Además, para la presentación de los datos se utilizará una técnica gráfica, al respecto según Balestrini, M. (2002, p.53) refiere que “estas técnicas están relacionadas con cuadros estadísticos o ilustraciones como lo son: diagramas circulares, de barras horizontales o de sectores; gráficos de barras, entre otros”, con el propósito de obtener una mejor interpretación de los resultados.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. ANALISIS DESCRIPTIVO POR VARIABLES

4.1.1. LA INICIACIÓN DEPORTIVA

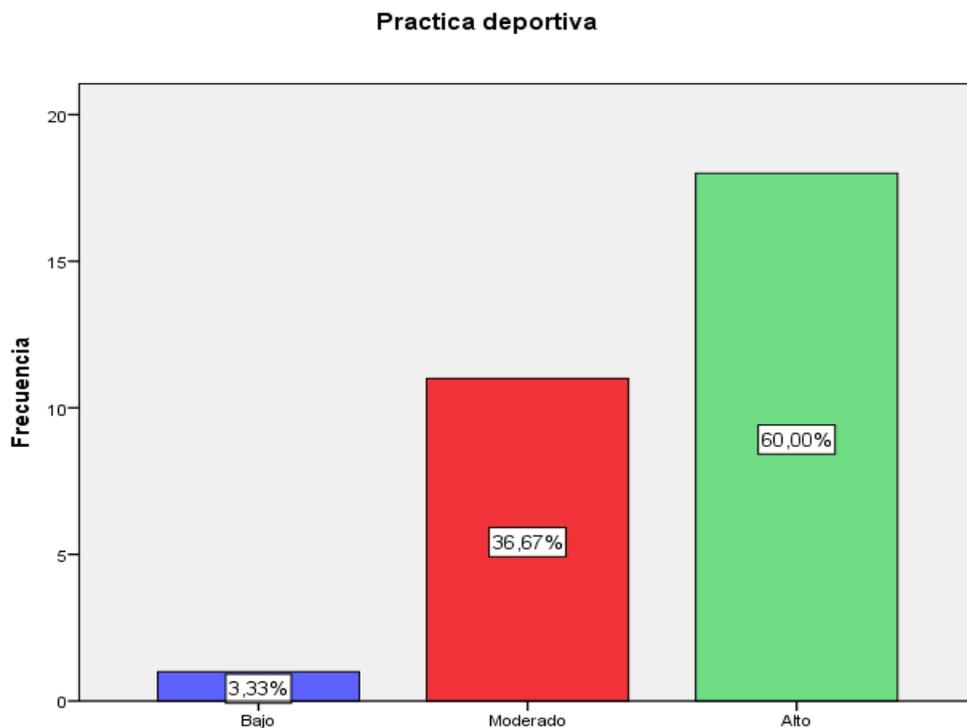
TABLA 3

Práctica deportiva					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	1	3,3	3,3	3,3
	Moderado	11	36,7	36,7	40,0
	Alto	18	60,0	60,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 1



De la fig. 1, un 60,00% de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel alto en la práctica deportiva, un 36,67% consiguieron un nivel moderado y un 3,33% obtuvieron un nivel bajo.

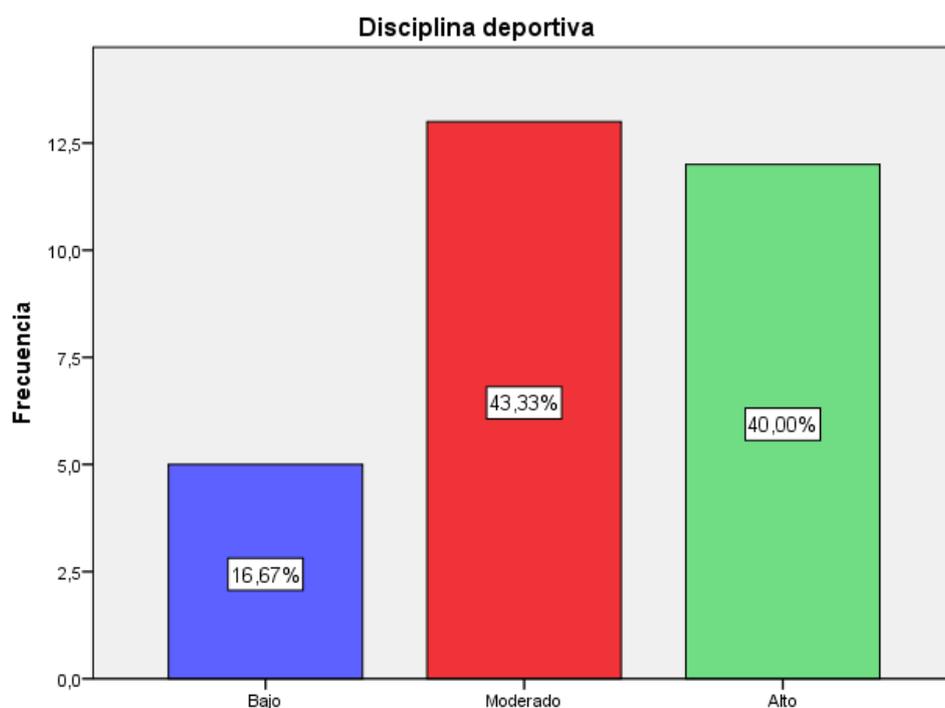
TABLA 4

Disciplina deportiva					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	5	16,7	16,7	16,7
	Moderado	13	43,3	43,3	60,0
	Alto	12	40,0	40,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 2



De la fig. 2, un 43,33% de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en la disciplina deportiva, un 40,00% consiguieron un nivel alto y un 16,67% obtuvieron un nivel bajo.

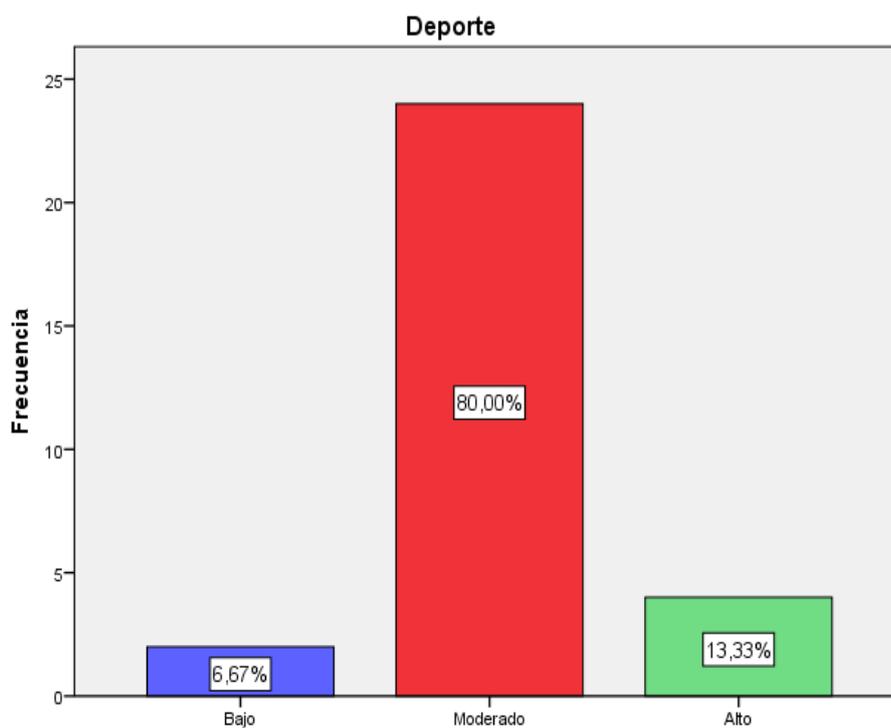
TABLA 5

		Deporte			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	2	6,7	6,7	6,7
	Moderado	24	80,0	80,0	86,7
	Alto	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado Cuestionario aplicado los seleccionados de la I.E. N°20325 San José de Manzanares, Huacho.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 3



De la fig. 3, un 80,0% de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en el deporte, un 13,33% consiguieron un nivel alto y un 6,67% obtuvieron un nivel bajo.

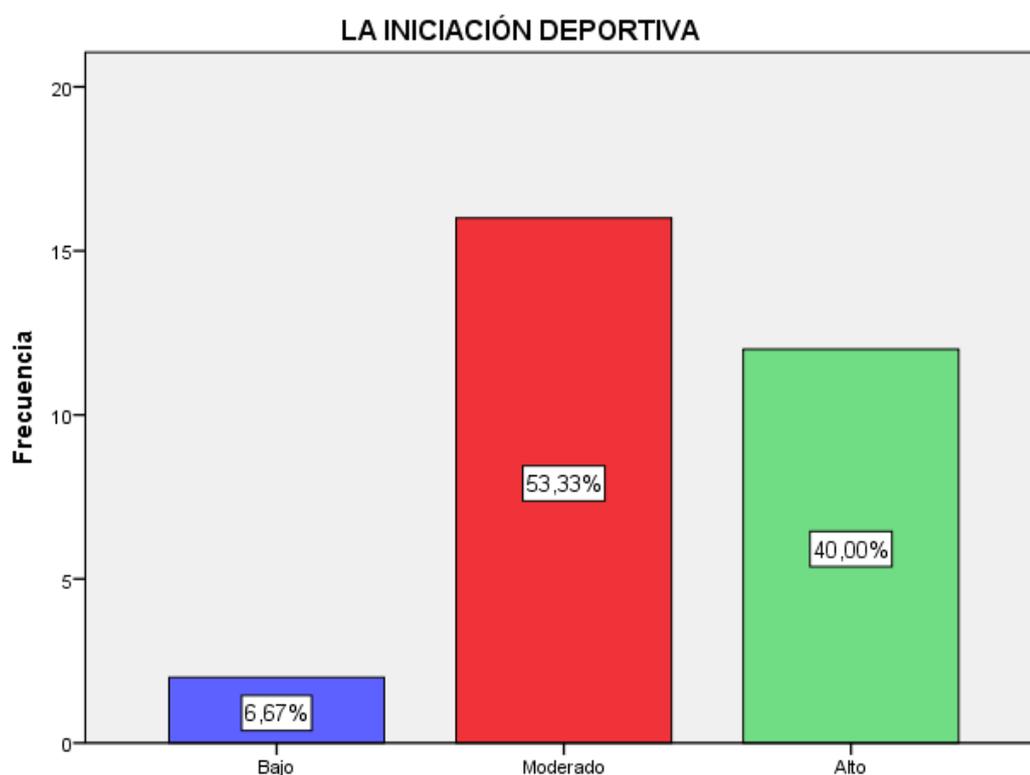
TABLA 6

LA INICIACIÓN DEPORTIVA					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	2	6,7	6,7	6,7
	Moderado	16	53,3	53,3	60,0
	Alto	12	40,0	40,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 4



De la fig. 4, un 53,33% de los seleccionados de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en la iniciación deportiva, un 40,0% consiguieron un nivel alto y un 6,67% obtuvieron un nivel bajo.

4.1.2. LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

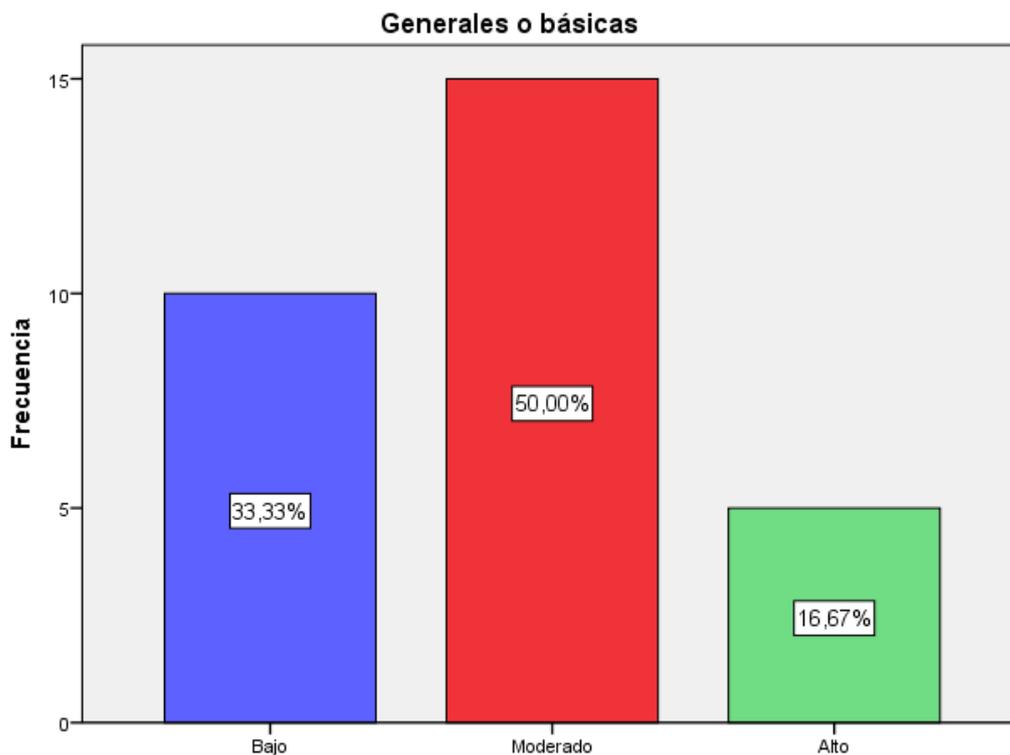
TABLA 7

Generales o básicas					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	10	33,3	33,3	33,3
	Moderado	15	50,0	50,0	83,3
	Alto	5	16,7	16,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 5



De la fig. 5, un 50,00% de los seleccionados de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en las generales o básicas, un 33,33% consiguieron un nivel bajo y un 16,67% obtuvieron un nivel alto.

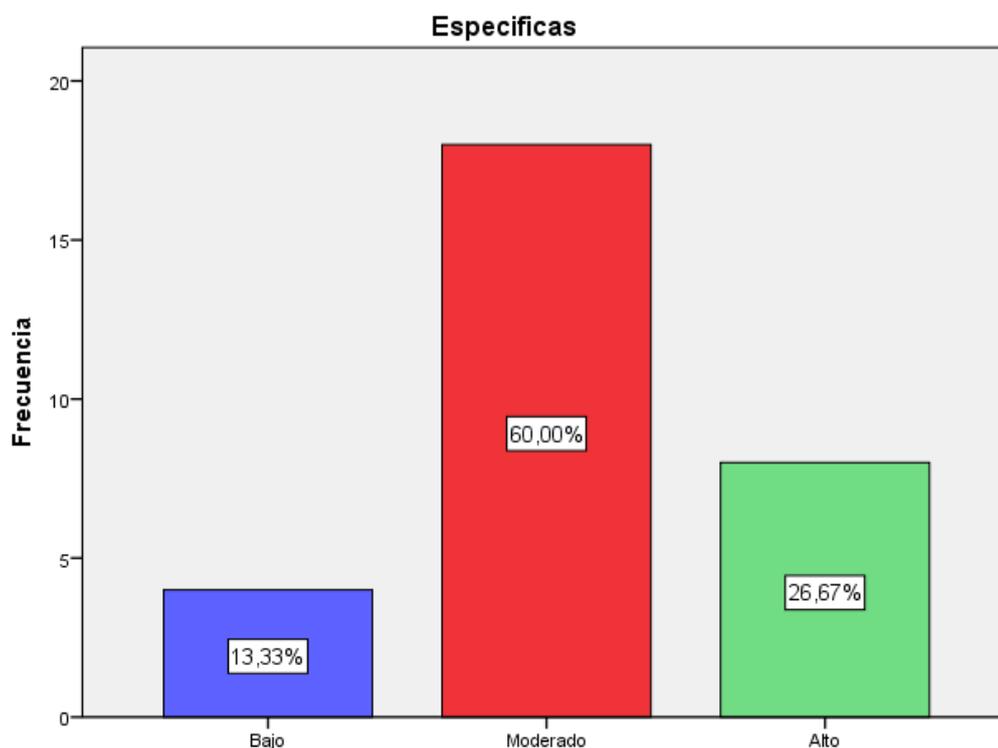
TABLA 8

		Específicas			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	4	13,3	13,3	13,3
	Moderado	18	60,0	60,0	73,3
	Alto	8	26,7	26,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 6



De la fig. 6, un 60,00% de los seleccionados de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en las específicas, un 26,67% consiguieron un nivel alto y un 13,33% obtuvieron un nivel bajo.

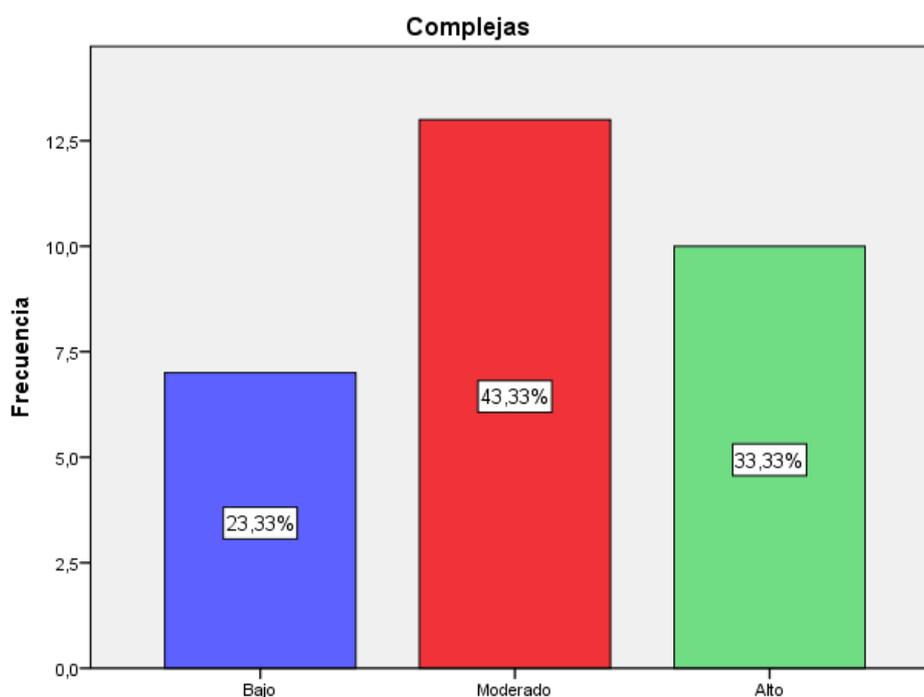
TABLA 9

		Complejas			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	7	23,3	23,3	23,3
	Moderado	13	43,3	43,3	66,7
	Alto	10	33,3	33,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 7



De la fig. 7, un 43,33% de los seleccionados de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en las complejas, un 33,33% consiguieron un nivel alto y un 23,33% obtuvieron un nivel bajo.

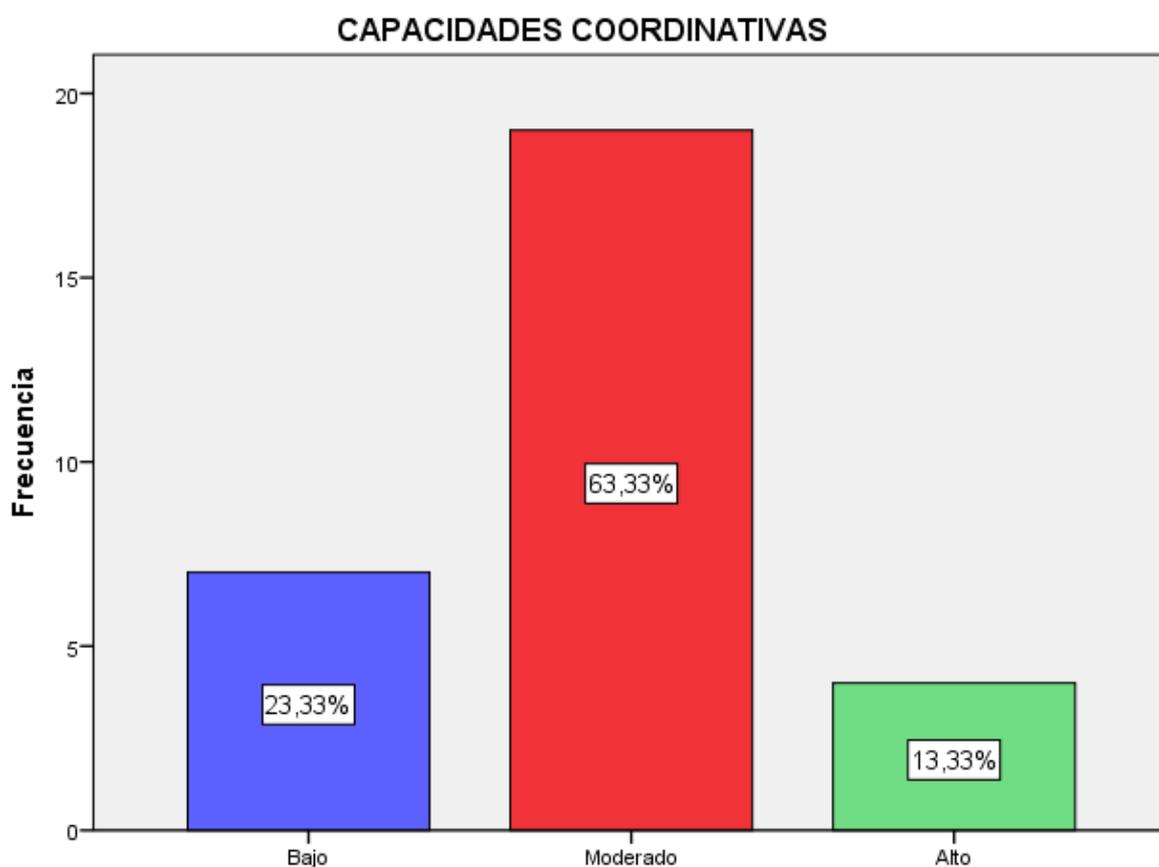
TABLA 10

CAPACIDADES COORDINATIVAS					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	7	23,3	23,3	23,3
	Moderado	19	63,3	63,3	86,7
	Alto	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

Figura 8



De la fig. 8, un 63,33% de los seleccionados de los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María, alcanzaron un nivel moderado en las capacidades coordinativas, un 23,33% consiguieron un nivel bajo y un 13,33% obtuvieron un nivel alto.

4.1.3. De las Hipótesis

Hipótesis general

Hipótesis Alternativa H_a : Existe relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Hipótesis nula H_0 : No existe relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Tabla 12

Relación entre la iniciación deportiva y capacidades coordinativas

		Correlaciones		
			LA INICIACIÓN DEPORTIVA	CAPACIDADES COORDINATIVAS
Rho de Spearman	LA INICIACIÓN DEPORTIVA	Coeficiente de correlación	1,000	,245
		Sig. (bilateral)	.	,192
		N	30	30
	CAPACIDADES COORDINATIVAS	Coeficiente de correlación	,245	1,000
		Sig. (bilateral)	,192	.
		N	30	30

Como se muestra en la tabla 12 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0,245$, con una $p=0.192$ ($p>.05$) con lo cual se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que No Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **muy buena**.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

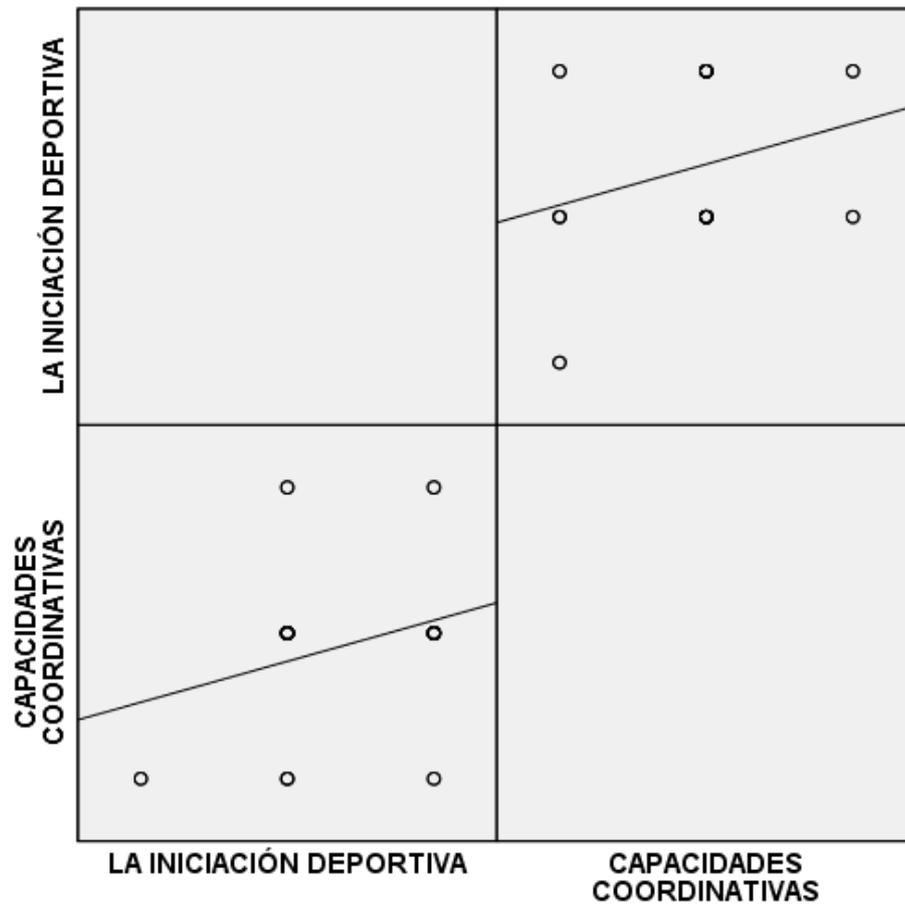


Figura 9. La iniciación deportiva y las capacidades coordinativas

Hipótesis específica 1

Hipótesis Alternativa Ha: Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Hipótesis nula H₀: No existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Tabla 13

Relación entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas

Correlaciones				
			LA INICIACIÓN DEPORTIVA	Generales o básicas
Rho de Spearman	LA INICIACIÓN DEPORTIVA	Coeficiente de correlación	1,000	,003
		Sig. (bilateral)	.	,988
		N	30	30
	Generales o básicas	Coeficiente de correlación	,003	1,000
		Sig. (bilateral)	,988	.
		N	30	30

Como se muestra en la tabla 13 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0,003$, con una $p=0.988(p>.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que No existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **muy buena**.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

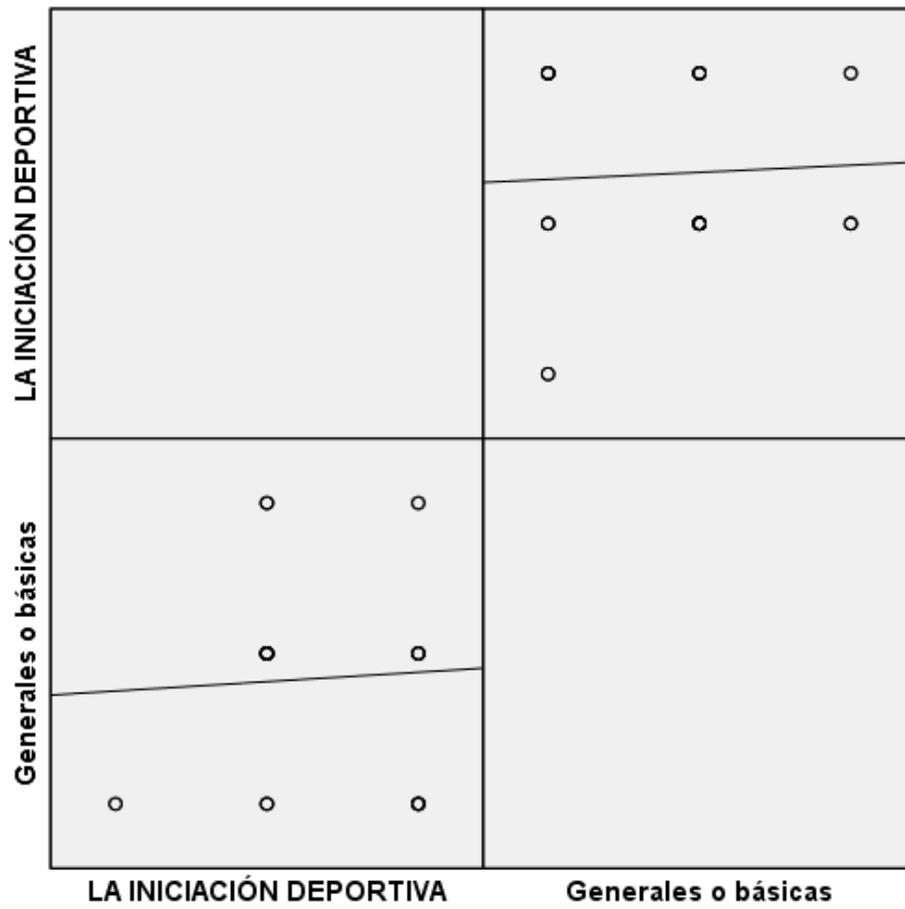


Figura 10. La iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas

Hipótesis específica 2

Hipótesis Alternativa H_a : Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Tabla 14

Relación entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas

		Correlaciones		
		LA INICIACIÓN DEPORTIVA		
		Específicas		
Rho de Spearman	LA INICIACIÓN DEPORTIVA	Coeficiente de correlación	1,000	,110
		Sig. (bilateral)	.	,564
		N	30	30
	Específicas	Coeficiente de correlación	,110	1,000
		Sig. (bilateral)	,564	.
		N	30	30

Como se muestra en la tabla 14 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0,110$, con una $p=0.564$ ($p>.05$) con lo cual se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que No existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **muy buena**.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

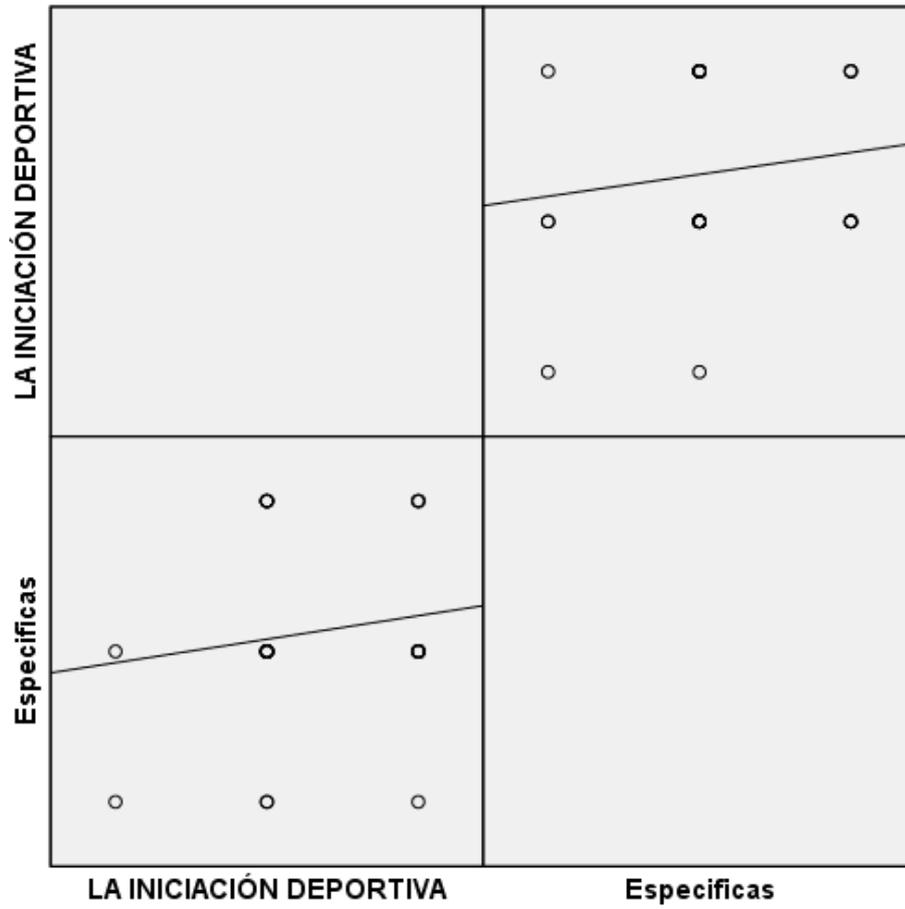


Figura 11. La iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas

Hipótesis específica 3

Hipótesis Alternativa H_a : Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Hipótesis nula H_0 : No Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Tabla 15

Relación entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas

		Correlaciones		
		LA INICIACIÓN DEPORTIVA		
		Complejas		
Rho de Spearman	LA INICIACIÓN DEPORTIVA	Coeficiente de correlación	1,000	,372*
		Sig. (bilateral)	.	,043
		N	30	30
	Complejas	Coeficiente de correlación	,372*	1,000
		Sig. (bilateral)	,043	.
		N	30	30

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 15 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0.372$, con una $p=0.043$ ($p<.05$) con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Félix B. Cárdenas” Santa María 2018.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **buena**.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

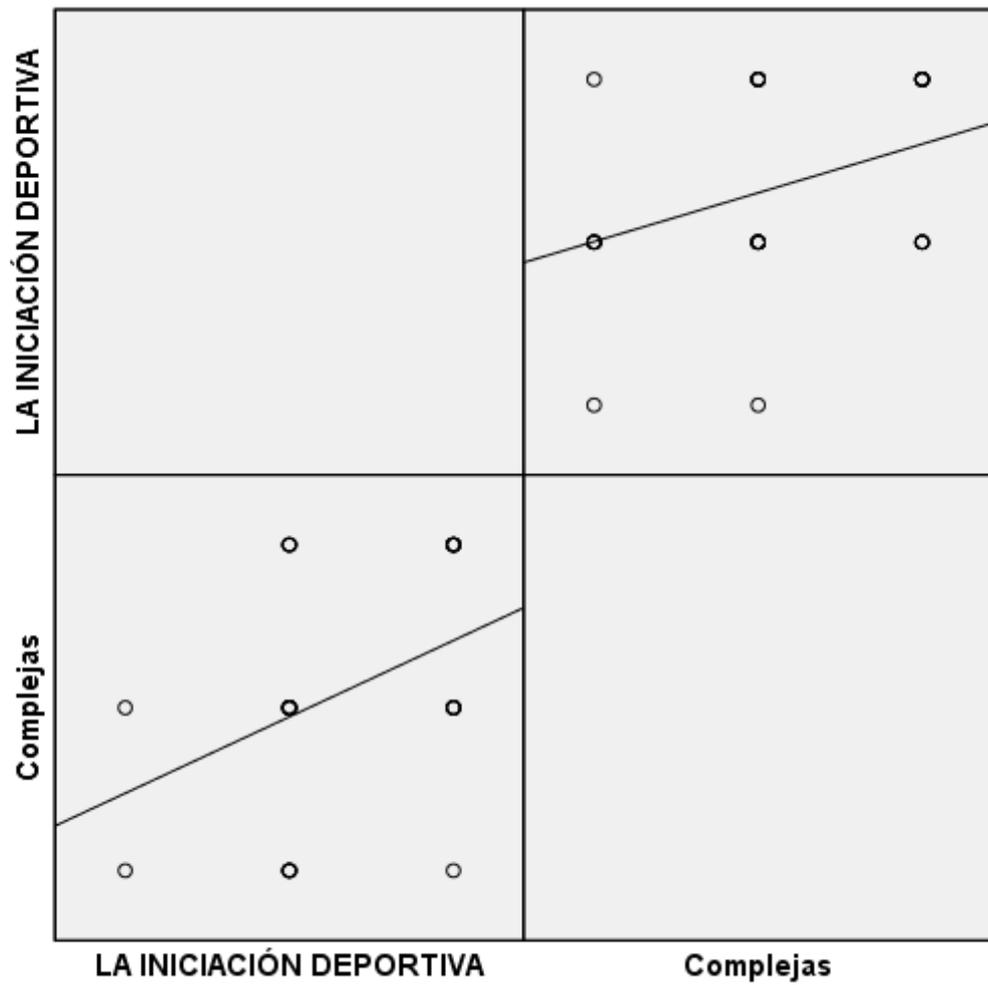


Figura 12. La iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas.

CONCLUSIONES

- 1. Primera:** No Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,245, representando una **muy baja** asociación.
- 2. Segunda:** No Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,003, representando una **muy baja** asociación.
- 3. Tercera:** No Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,110, representando una **muy baja** asociación.
- 4. Cuarta:** Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. "Félix B. Cárdenas" Santa María 2018, porque la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.372, representando una **buena** asociación.

RECOMENDACIONES

- ✓ Difundir y enseñar las diferentes etapas y estilos de enseñanza por parte de los docentes de educación física, entrenadores, especialistas en relación a los diferentes deportes.
- ✓ Inculcar a nuestros estudiantes los valores deportivos, comportamiento, normas y reglas que contribuyan al mejoramiento de su conducta hacia una disciplina deportiva.
- ✓ Promover juegos pre deportivos para que los estudiantes puedan adaptarse y familiarizarse a las complejidades de las diferentes disciplinas deportivas.
- ✓ Desarrollar juegos donde los estudiantes puedan mejorar su equilibrio, ritmo coordinación, anticipación preparándolos para una competición.
- ✓ Promover eventos deportivos para que los estudiantes tengan un aprendizaje motor a través de las competiciones de los diversos deportes.

CAPÍTULO V

FUENTES DE INFORMACIÓN

5.1. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

BLÁZQUEZ Domingo, (1986), “Iniciación a los deportes de equipo” Ediciones Martínez Roca, Barcelona – España.

Borzi, Carlos. (2001) FÚTBOL INFANTIL, Editorial Stadium, Buenos Aires.

BOURET, Perla. “Teoría y Técnicas de Humanismo”.

www.psicologiaonline.com/articulos/2009/09/TeoriasTecnicasHumanismo.shtml.

CARMONA, Rafael: “Actividad Física para la Educación en la Sociedad del Conocimiento”. hera.ugr.es/tesisugr/18930712.pdf. Universidad de Granada - 2010.

GOMEZ, Ángel, (2000). Juegos Tradicionales Valencianos. Carena Editors, Primera Edición octubre 2001, Valencia.

GONZALEZ, Jesús: “Didáctica de la Enseñanza de las Acciones Técnicas por el Método del Desgolsamiento” www.entrenadores.info, 1998 – 2002.

GUERRA, Karla. “Fortaleciendo el valor respeto en la convivencia en educandos en EBN Emma Elisa Final Castro”.

www.monografias.com/trabajos88/fortalecimiento-del-valor-respetoconvivencia-escolar/fortalecimiento-del-valor-respeto-convivenciaescolar.shtml

HERRERA, Gabriel: Dpto. de Educación Física I.E.S, “Las Cualidades Motrices” ardilladigital.com/.../Cualidades%20Motrices%20-%20art.pdf

LAMMICH, Gunter, (2003). Juegos para el Entrenamiento. Editorial. Stadium S.R.L. Primera Edición. Buenos Aires

- LASIERRA, Gerard – PONZ, José – DE ANDRES, Fernando, (2001). MIL 13 Ejercicios y Juegos aplicados al Balonmano. Editorial. Paidotribo, Edición Tercera. Volumen I. Barcelona.
- LEMINI, Marco: “Constructivismo educativo, actividad y evaluación del docente: relato de algunas posibilidades incongruencias, acceso: 2008, redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=34005311
- LÓPEZ, Eduardo: “Las Capacidades Coordinativas Gentileza”. www.plazadedeportes.com/imgnoticias/7172.pdf – Uruguay
- MUÑOZ, Daniel: “La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo”. Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - N° 130 – acceso: Marzo de 2009. www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-areade-educacion-fisica.htm
- PETERSDORF, Klaus, (2004), “El fútbol base: Programas de entrenamiento”, 5ta Edición, Editorial Paidotribo, Barcelona – España
- PRIETO, Raúl: “El diario como instrumento para la formación permanente del profesor de educación física”, Revista Digital - Buenos Aires – 2003 Año 9 - N° 60, www.efdeportes.com/efd60/diario.htm
- RIBETTI, Roberto (2007), El futbol y su didáctica, Ediciones Rosario, Santa Fe – Argentina.
- ROMERO, Virginia, (2003), “Metodología del juego”, Ediciones Altamar, Barcelona – España.
- RUIZ, Felio- RUIZ, Antonio – TALENS, Inmaculada, (2003) Educación Física Vol. III, Editorial MAD. S.L, España
- SEGURA, José (s/a), Mil 9 Ejercicios y Juegos de Fútbol. Editorial. Paidotribo. Séptima Edición. Barcelona.
- SANCHEZ, José – CARMONA, Jesús, (2004) Juegos motores para primaria de 10 a 12 años, Editorial Paidotribo, Barcelona.

TOVAR, Edgar: “Educación Física”.
www.monografias.com/trabajos69/educacion-fisica/educacionfisica2.shtml

VINEN, Pere: “Apuntes de Técnica (Nivel 1)”, acceso: 1998 - 2002

www.entrenadores.info

ZAMBRANO, KLeedys. “La expresión corporal”.

www.monografias.com/trabajos82/la-expresion-corporal/la-expresioncorporal.shtml.

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DEL 5^{TO} GRADO DE PRIMARIA DE LA I. E. “FELIX B. CARDENAS” SANTA MARIA 2018.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Metodología
<p>Problema General:</p> <p>¿De qué manera la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018?</p> <p>Problemas Específicos:</p> <p>a) ¿En qué medida la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018?</p> <p>b) ¿En qué medida la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018?</p> <p>c) ¿En qué medida la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018?</p>	<p>Objetivos Generales:</p> <p>Establecer si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <p>a) Determinar si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p> <p>b) Determinar si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p> <p>c) Determinar si la iniciación deportiva se relaciona con las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>a) Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas generales o básicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p> <p>b) Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas específicas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p> <p>c) Existe una relación significativa entre la iniciación deportiva y las capacidades coordinativas complejas en los estudiantes del 5^{to} grado de primaria de la I. E. “Felix B. Cardenas” Santa Maria 2018.</p>	<p>Variable Independiente (X) LA INICIACIÓN DEPORTIVA Dimensión 1: Práctica deportiva Diferentes etapas Estilos de enseñanza Atención Dimensión 2: Disciplina deportiva Comportamiento, normas. Condiciones de salud física. Dimensión 3: Deportes Juegos pre deportivos.</p> <p>Variable Independiente (Y) CAPACIDADES COORDINATIVAS Dimensión 1: Generales o Básicas Regulación de los movimientos. Adaptación y cambio motriz. Dimensión 2: Especificas Orientación. Equilibrio. Ritmo. Anticipación. Diferenciación. Coordinación. Dimensión 3: Complejas Aprendizaje motor. Agilidad.</p>	<p>TIPO DE ESTUDIO</p> <p>Descriptiva-Explicativa</p> <p>DISEÑO /NIVEL</p> <p>correlacional</p> <p>TÉCNICAS</p> <p>La encuesta</p> <p>INSTRUMENTO</p> <p>Cuestionario</p>

ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD NACIONAL “JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN”

CUESTIONARIO N° 01

INSTRUCCIONES: Cada pregunta presenta cinco alternativas, priorice una de las respuestas y marque con una X la respuesta que usted crea conveniente, teniendo en cuenta que:

1, Nunca 2. Casi nunca 3, A veces 4. Siempre

ÍTEMS O PREGUNTAS		1	2	3	4
LA INICIACIÓN DEPORTIVA					
Práctica deportiva					
1	Has realizado un juego deportivo colectivo				
2	Has jugado un campeonato deportivo				
3	Te ha enseñado un técnico deportivo				
4	Realizaste un ejercicio técnico – táctico				
Disciplina deportiva					
5	Realizaste un fer play				
6	Jugaste con indumentaria adecuada				
7	Consumes verduras, menestras y frutas.				
8	Te bañas antes y después de un encuentro deportivo				
Deportes					
9	Jugaste un juego pre deportivo				
10	Te explican para que sirve un juego pre deportivo				
11	En clase de educación física realizan un juego deportivo				
12	Participan todos en los juegos pre deportivos				

	CAPACIDADES COORDINATIVAS				
	Generales o Básicas				
1	Realizan ejercicios de velocidad				
2	Te has adaptas rápido en un movimiento nuevo				
3	Tus movimientos son adecuados en los ejercicios				
4	pasas con facilidad de un movimiento a otro				
	Específicas				
5	Te pesas para saber cuánto kilos tienes				
6	realizaste ejercicios de reacción				
7	Te orientas cuando juegas en campo deportivo				
8	Mantienes la coordinación cuando juegas un deporte				
	Complejas				
9	Has intentado copiar un jugada individual				
10	Has intentado similar una jugada ofensiva				
11	Eres ágil contra el uno contra uno				
12	Tus compañeros son ágiles cuando atacan o defienden				

TABLA DE DATOS

LA INICIACIÓN DEPORTIVA																				
N°	Práctica deportiva						Disciplina deportiva						Deporte						ST1	V1
	1	2	3	4	S1	D1	5	6	7	8	S2	D2	9	10	11	12	S3	D3		
1	3	4	4	4	15	Alto	3	2	2	4	11	Moderado	4	2	3	3	12	Moderado	38	Alto
2	2	4	4	3	13	Alto	3	2	2	4	11	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	35	Moderado
3	2	3	2	2	9	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	4	4	4	3	15	Alto	40	Alto
4	3	4	4	4	15	Alto	3	2	2	4	11	Moderado	3	2	4	2	11	Moderado	37	Moderado
5	3	2	2	4	11	Moderado	2	4	4	3	13	Alto	3	3	4	2	12	Moderado	36	Moderado
6	2	3	2	2	9	Moderado	3	2	3	3	11	Moderado	3	3	4	2	12	Moderado	32	Moderado
7	2	4	4	3	13	Alto	3	4	4	3	14	Alto	3	2	4	2	11	Moderado	38	Alto
8	3	4	4	4	15	Alto	4	4	4	4	16	Alto	3	3	4	2	12	Moderado	43	Alto
9	2	3	2	2	9	Moderado	2	4	4	3	13	Alto	2	3	3	2	10	Moderado	32	Moderado
10	2	4	4	3	13	Alto	3	3	3	4	13	Alto	2	3	4	3	12	Moderado	38	Alto
11	3	2	3	3	11	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	3	2	4	2	11	Moderado	38	Alto
12	3	4	4	3	14	Alto	1	1	2	1	5	Bajo	3	3	3	3	12	Moderado	31	Moderado
13	3	4	4	4	15	Alto	3	2	3	3	11	Moderado	2	1	1	1	5	Bajo	31	Moderado
14	2	4	4	3	13	Alto	3	2	2	4	11	Moderado	2	3	3	2	10	Moderado	34	Moderado
15	3	3	3	4	13	Alto	4	2	2	3	11	Moderado	3	3	4	2	12	Moderado	36	Moderado
16	3	4	4	4	15	Alto	3	2	3	3	11	Moderado	3	4	2	4	13	Alto	39	Alto
17	1	1	2	1	5	Bajo	3	2	2	4	11	Moderado	2	3	3	2	10	Moderado	26	Bajo
18	3	2	3	3	11	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	4	4	4	4	16	Alto	43	Alto
19	2	3	2	2	9	Moderado	1	1	2	1	5	Bajo	4	3	2	3	12	Moderado	26	Bajo
20	4	2	2	3	11	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	2	1	1	1	5	Bajo	32	Moderado
21	3	2	3	3	11	Moderado	2	4	4	3	13	Alto	3	2	4	2	11	Moderado	35	Moderado
22	4	4	4	4	16	Alto	2	4	3	3	12	Moderado	3	3	2	3	11	Moderado	39	Alto
23	3	2	2	4	11	Moderado	2	2	2	1	7	Bajo	4	3	2	2	11	Moderado	29	Moderado
24	3	4	4	4	15	Alto	2	2	2	1	7	Bajo	2	4	2	2	10	Moderado	32	Moderado
25	3	4	4	4	15	Alto	2	4	3	3	12	Moderado	3	3	2	3	11	Moderado	38	Alto
26	2	4	4	3	13	Alto	2	2	2	1	7	Bajo	3	3	2	3	11	Moderado	31	Moderado
27	4	4	4	4	16	Alto	3	4	3	4	14	Alto	4	2	3	2	11	Moderado	41	Alto
28	2	4	4	3	13	Alto	2	4	3	3	12	Moderado	2	4	2	2	10	Moderado	35	Moderado
29	3	2	2	4	11	Moderado	3	3	4	3	13	Alto	3	3	2	3	11	Moderado	35	Moderado
30	4	4	4	4	16	Alto	4	2	3	3	12	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	44	Alto

CAPACIDADES COORDINATIVAS																				
N°	Generales o básicas						Específicas						Complejas						ST2	V2
	1	2	3	4	S4	D4	5	6	7	8	S5	D5	9	10	11	12	S6	D6		
1	1	2	2	2	7	Bajo	4	4	4	4	16	Alto	2	3	3	3	11	Moderado	34	Moderado
2	3	3	3	3	12	Moderado	3	3	1	3	10	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	38	Alto
3	1	2	2	4	9	Moderado	3	3	1	3	10	Moderado	4	1	3	1	9	Moderado	28	Moderado
4	3	4	4	4	15	Alto	2	2	4	2	10	Moderado	2	1	3	1	7	Bajo	32	Moderado
5	3	3	3	3	12	Moderado	3	3	4	3	13	Alto	4	4	2	4	14	Alto	39	Alto
6	1	1	1	1	4	Bajo	3	3	3	3	12	Moderado	1	3	1	3	8	Moderado	24	Bajo
7	3	4	4	4	15	Alto	4	4	4	4	16	Alto	2	3	3	3	11	Moderado	42	Alto
8	2	1	1	1	5	Bajo	3	3	1	3	10	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	31	Moderado
9	1	2	2	4	9	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	4	1	3	1	9	Moderado	34	Moderado
10	3	3	3	3	12	Moderado	3	3	3	3	12	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	40	Alto
11	2	1	1	1	5	Bajo	2	2	4	2	10	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	26	Bajo
12	1	2	2	4	9	Moderado	3	3	3	3	12	Moderado	4	4	2	4	14	Alto	35	Moderado
13	3	4	4	4	15	Alto	3	3	1	3	10	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	36	Moderado
14	2	3	3	3	11	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	2	1	3	1	7	Bajo	34	Moderado
15	1	2	2	4	9	Moderado	1	1	1	1	4	Bajo	4	4	4	4	16	Alto	29	Moderado
16	1	2	2	4	9	Moderado	3	3	3	3	12	Moderado	1	1	1	1	4	Bajo	25	Bajo
17	2	1	1	1	5	Bajo	2	2	4	2	10	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	26	Bajo
18	1	2	2	2	7	Bajo	3	3	1	3	10	Moderado	4	4	2	4	14	Alto	31	Moderado
19	1	1	1	1	4	Bajo	1	1	2	2	6	Bajo	2	1	3	1	7	Bajo	17	Bajo
20	3	4	4	4	15	Alto	3	3	3	3	12	Moderado	1	2	2	2	7	Bajo	34	Moderado
21	1	2	2	4	9	Moderado	2	2	4	2	10	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	30	Moderado
22	3	3	3	3	12	Moderado	1	1	1	1	4	Bajo	4	4	2	4	14	Alto	30	Moderado
23	1	2	2	2	7	Bajo	3	3	4	3	13	Alto	1	1	1	1	4	Bajo	24	Bajo
24	1	1	1	4	7	Bajo	4	4	4	4	16	Alto	1	3	1	3	8	Moderado	31	Moderado
25	1	2	2	4	9	Moderado	3	3	3	3	12	Moderado	4	4	4	4	16	Alto	37	Moderado
26	2	2	2	2	8	Moderado	2	2	4	2	10	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	29	Moderado
27	1	1	2	3	7	Bajo	3	3	4	3	13	Alto	4	4	2	4	14	Alto	34	Moderado
28	1	2	2	4	9	Moderado	1	1	2	2	6	Bajo	1	3	1	3	8	Moderado	23	Bajo
29	2	2	2	2	8	Moderado	3	3	3	3	12	Moderado	1	2	2	2	7	Bajo	27	Moderado
30	3	4	2	4	13	Alto	2	2	4	2	10	Moderado	2	3	3	3	11	Moderado	34	Moderado

MIEMBROS DEL JURADO

Lic. PALACIOS SERNA, Raul Eduardo
ASESOR

Lic. SUSANIBAR HOCES, Teobaldo Noreño
PRESIDENTE

Mg. DE LA CRUZ PARDO, Dante
SECRETARIO

Dra. VERGARA EVANGELISTA, Carina Rita
VOCAL