

## EL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD DE ORIENTACIÓN EN LOS FUTBOLISTAS DE 12 - 14 AÑOS

## THE DEVELOPMENT OF GUIDANCE CAPACITY IN FOOTBALL PLAYERS 12 - 14 YEARS OLD

**Autores:** Lic. Darwin Guillermo Álvarez Cayampe<sup>1</sup>

Lic. Cristian Patricio Calle Velesaca<sup>2</sup>

Lic. Rodolfo Robles Salguero<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Docente en la Unidad Educativa Rosa de Jesús Cordero. Guayaquil

<sup>2</sup>Docente en la Unidad Educativa Rosa de Jesús Cordero. Guayaquil

<sup>3</sup>Universidad Estatal de Milagro (UNEMI).

**País.** Ecuador

### RESUMEN

El entrenamiento de las capacidades coordinativas en los jóvenes futbolistas es necesario para que dominen y desarrollen determinados factores que les permitan realizar las acciones con el mayor éxito posible. El fútbol, como todos los deportes acíclicos, presenta una gran variación de movimientos y a su vez desequilibrio y desorientación temporo-espacial. En este sentido el desarrollo de la capacidad de orientación en el fútbol es de gran importancia porque posibilita determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo, en relación con el campo de acción definido y/o un objeto en movimiento. En el presente trabajo se sistematizan los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el desarrollo de la capacidad de orientación en los futbolistas de 12-14 años, aspecto relevante en el proceso de entrenamiento deportivo del fútbol contemporáneo.

**Palabras clave:** capacidades coordinativas, capacidad de orientación, fútbol

### ABSTRACT

The training of coordinative capacities in young football players is necessary for them to dominate and develop certain factors that allow them to perform the actions with the greatest possible success. Football, like all acyclic sports, has a great variation of movements and, at the same time, imbalance and temporo-spatial disorientation. In this sense, the development of the orientation capacity in football is of great importance because it makes it possible to determine the position and movements of the body in space and time, in relation to a defined field of action and / or an object of movement. In the present work the theoretical and methodological foundations that support the development of the orientation capacity in the football players of 12-14 years are systematized, a relevant aspect in the

process of contemporary football sports training.

**Keywords:** coordinative capacities, orientation of capacity, football

## INTRODUCCIÓN

Las capacidades coordinativas son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos de una acción motriz con una finalidad determinada. Las capacidades coordinativas vienen determinadas por los procesos de organización, control y regulación del movimiento. El término que las resume de un modo sintético es la destreza, que es la capacidad de realizar con facilidad coordinaciones complejas de movimientos, incluso con relación a exigencias de situaciones mutantes, improvisadas que se presentan en el acto.

Para Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C. y Rost, K. (2004), las capacidades coordinativas bien desarrolladas son condiciones previas para el aprendizaje, perfeccionamiento, estabilización, variación y práctica de las habilidades deportivomotoras, de las técnicas deportivas, de su correcta aplicación y del aprovechamiento de las capacidades físicas.

La mayoría de autores del temas coinciden en que una capacidad coordinativa muy importante en el deporte es la capacidad de orientación, esta entendida según Meinel y Schanabel (1987) citado por Chiriboga, D. M. (2017), como la capacidad de “determinar y cambiar en el espacio y el tiempo, la posición y el movimiento

del cuerpo, referidos a un campo de acción definido o a un objeto en movimiento” (p.252).

La capacidad de orientación significa que la persona que practica un deporte o que realiza una determinada actividad física, se sitúa en relación a diferentes estímulos que la rodean, que sea capaz de determinar la dirección que ha de seguir o que pueda dirigirse hacia un sitio u otro en dependencia de las circunstancias concretas que se presenten (especialmente en los juegos deportivos).

Reconocer una situación y poder determinar sobre la marcha qué hacer y cómo lograrlo son elementos que caracterizan a la capacidad de orientación y que son decididos dentro de parámetros de espacio y de tiempo particulares.

Esta capacidad es de especial importancia tanto para los deportes técnicos como para los deportes de combate y deportes-juego puesto que el deportista debe cambiar continuamente y de variadas formas su posición en el espacio y adaptarse a circunstancia de tiempo.

En un partido de fútbol se dan acciones de aceleraciones, desaceleraciones continuas con y sin balón, cambios en la dirección de los movimientos, lanzamientos y recepciones variadas y acciones ya iniciadas que se modifican durante su realización. Por tanto, el éxito de la acción no sólo depende de la elección correcta del gesto técnico, sino también de la velocidad empleada, la adecuación espacio-temporal, la

utilización correcta de un esquema corporal, etcétera.

La capacidad de orientación es muy importante en las diferentes acciones dentro de un partido de fútbol ya que permitirá al jugador determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo en relación al campo de acción (terreno de juego, material fijo,) y/o a un objeto en movimiento (móvil, compañeros, adversarios,...).

Los elementos abordados condujeron a que el **objetivo** de este trabajo esté dirigido a realizar una sistematización de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el desarrollo de la capacidad de orientación en los futbolistas de 12-14 años, aspecto relevante en el proceso de entrenamiento deportivo del fútbol contemporáneo.

## METODOLOGÍA

### ***Las capacidades coordinativas***

Las capacidades coordinativas se caracterizan por ser un proceso de regulación y dirección de los movimientos. Constituyen una dirección motriz de las capacidades del ser humano y sólo se hacen efectivas en el rendimiento deportivo en estrecha unidad con las capacidades físicas condicionales. Están determinadas por los procesos de dirección del sistema nervioso y dependen de él.

Al igual que las capacidades condicionales constituyen el presupuesto de las posibilidades de prestación motriz de un sujeto, las cuales son determinadas

principalmente por los procesos de control del movimiento, se convierte en más o menos capaz de ejecutar con éxito ciertas actividades motrices y deportivas (Blume, D. 1986 citado por Morino, C. 1991).

Según (Platonov, 2001) es la habilidad del hombre de resolver las tareas motoras lo más perfeccionada, rápida, exacta, racional, económica e ingeniosa posible, sobre todo los más difíciles y que surgen inesperadamente.

Las capacidades coordinativas (sinónimo: agilidad) 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 (Weineck, 2005).

Más adelante refiriéndose a las capacidades coordinativas se precisa que son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada (Camacho, H. (2010); mientras (Massafret, M. y Segrés, R. (2010) las describe como el conjunto de capacidades que favorecen la eficiencia y la adaptación del movimiento a las condiciones del entorno, a través de la estrecha relación del Sistema Nervioso Central y la musculatura esquelética, se fomenta la individualidad y la creatividad en el gesto, se favorece el aprendizaje y

facilita el acercamiento entre la acción final real y la acción final deseada .

Es evidente, como se expresa en las definiciones de los diferentes autores, que la eficiencia en el movimiento es fruto de la óptima relación entre el Sistema Nervioso Central y la musculatura. Es por ello que, cuanto mayor precisión, eficacia y armonía se den en un gesto y menor gasto energético se produzca, mayor coordinación tendrá la acción. En el fútbol estas acciones motrices se producen con mucha frecuencia y su éxito dependerá del nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas que logren los jugadores.

El entrenamiento de las capacidades coordinativas ayudará a facilitar el aprendizaje de los gestos técnicos, favorecer la eficiencia del movimiento, posibilitar la adaptación del movimiento a las condiciones del entorno, acercar la acción real a la deseada, estimular la creatividad y potenciar la individualidad.

El nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas, determinará la capacidad para desarrollar en secuencia ordenada, armónica y eficaz un gesto o acción determinados. Estas capacidades coordinativas habilitan al deportista para realizar de forma segura acciones motoras en formas previstas e imprevistas para aprender los movimientos deportivos con relativa velocidad.

***Factores que condicionan las capacidades coordinativas. Según Antón, J. L. (sf)***

a) Un primer factor es la *cualidad del sistema nervioso central* o el valor

de los procesos de coordinación de la corteza cerebral. Es lo que permite integrar la actividad de los analizadores motores, se seleccionan las múltiples informaciones recibidas a través de la vista, oído, el sentido muscular o del equilibrio, se retienen las que son significativas para poder elaborar las respuestas adecuadas, se realizan los impulsos de contracción y relajación, limitados en el tiempo y el espacio y el nivel de tensión de los grupos musculares implicados en los movimientos impuestos por la situación dada.

- b) *La actividad y precisión de los órganos de los sentidos*, especialmente de los analizadores motores: sentido muscular, del equilibrio, del ritmo, de la orientación motriz. Por medio de un aprendizaje a largo plazo, el jugador puede disponer de elevadas posibilidades para ajustar el movimiento a las coordenadas de espacio y tiempo, y para la percepción del propio cuerpo y de sus segmentos.
- c) *La riqueza de experiencias previas*, representada por la variedad de hábitos y habilidades motoras adquiridas por el deportista y controladas a lo largo de experiencias motrices.
- d) *El nivel de desarrollo de la velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad* es el cuarto factor implicado en el desarrollo adecuado de la coordinación. Cada una de estas cualidades físicas implica aspectos de coordinación, de integración de las funciones y

actividades del organismo, de dependencia de las exigencias impuestas por la actividad motora que se desarrolla.

### **Clasificación de las capacidades coordinativas**

Existe variedad de clasificaciones de las capacidades coordinativas, en la presente investigación se asume una que ha sido bastante generalizada por autores como Hirtz, P. (1979) cit. por Souto, J. (1997); Manno, R. (1985); Madello, A. (1986); Morino, C. (1991); Rivera, E., Trigueros, C. y Torres, J. (1993); entre otros. Estos autores consideran las siguientes capacidades:

- Capacidad de equilibrio.
- Capacidad de orientación espacio-temporal.
- Capacidad de ritmo.
- Capacidad de reacción motora.
- Capacidad de diferenciación kinestésica.
- Capacidad de adaptación y transformación.
- Capacidad de combinación.

### **Objetivos del entrenamiento de las capacidades coordinativas**

- Fomentar los procesos de control y de regulación del cuerpo.
  - Direccionamiento de un movimiento.
  - Adaptación a las situaciones cambiantes.
  - Elaboración y ajuste de las posibilidades de resolución (aprendizaje).
- Enriquecer el repertorio motriz y la variación de los movimientos.
- Adaptarse rápidamente a situaciones imprevisibles.

Desarrollar el máximo número de movimientos variados vinculados con la coordinación y aumentar progresivamente la noción de la velocidad de ejecución.

- Desarrollar la fluidez y plasticidad del movimiento.
- Desarrollar la anticipación del movimiento.

### **Principios metodológicos para el entrenamiento de las capacidades coordinativas en los jóvenes futbolistas. Según (Solana, A. y Muñoz, A., 2011)**

1. *Principio de la variabilidad.* Es necesario que los jugadores practiquen desde la variabilidad de las tareas y que éstas estén confeccionadas para ofrecer infinidad de estímulos, necesarios para desarrollar capacidades de atención y concentración, mientras se trabajan aspectos técnico-tácticos. Variabilidad que debe existir en el espacio, tiempo, número de jugadores, reglas de la tarea, entre otras.
2. *Principio de la comprensión.* Siguiendo la complejidad del deporte en cuestión, es importante que el jugador sepa el por qué y el para qué de las cosas. Si el jugador se limita a realizar las tareas, pero no les encuentra sentido ni aplicación a la situación real de juego, su asimilación será más difícil.
3. *Principio de la globalidad.* El todo es más que la suma de las partes. Por tanto, hablando de deportes de situación, es importante planificar tareas en

las que se fomenten diferentes elementos y capacidades a la vez.

4. *Principio de la planificación.*

Toda tarea, toda sesión, toda semana de entrenamiento deben tener un sentido dentro de una planificación global, para saber perfectamente en qué momento de la formación del futbolista nos encontramos. Pero este principio debe también estar en conjunción con el siguiente principio.

5. *Principio de la flexibilidad.*

Toda planificación debe estar abierta a posibles modificaciones en función de la retroalimentación que se recibe con su puesta en acción.

6. *Principio del máximo tiempo de compromiso motor.*

Es importante que los jugadores jóvenes en edad de formación participen el mayor tiempo posible de la práctica en función de reducir al máximo los tiempos de espera. Por tanto, la organización de las tareas juega un papel muy importante. En este sentido, hay que aminorar aquellos ejercicios en los que, por su organización, haya muchos jugadores en tiempo de espera y que, cuando participen, el tiempo de ejecución sea muy corto.

***Criterios para la planificación del entrenamiento de las capacidades coordinativas. Según Lago, C. (2002)***

- Variaciones en la ejecución del movimiento, a través de:

- Variaciones del gesto específico (lento – rápido – flojo fuerte).
- Simetrizaciones, multilateralidad en situaciones diversas (posiciones, compañeros, adversarios).
- Amplitud, variando los recorridos de los segmentos corporales.
- Variaciones en condiciones externas, a través de variaciones de espacios, tiempo, reglamento, elementos utilizando (móvil), en la meta.
- Combinaciones de movimientos: a través de encadenar tareas, combinar movimientos dentro de la misma tarea, después de acciones tácticas previas, diversas situaciones durante la ejecución y de diferentes comportamientos posteriores.
- Variaciones en las condiciones temporales de ejecución: a través de modificaciones parciales del ritmo con diferentes velocidades de ejecución, de adaptar la ejecución a un ritmo externo, del entorno o propio o realizar combinaciones.
- Variaciones en la recepción de la información: a través de variar el número de estímulos, de introducir elementos perturbadores, de variar la claridad del estímulo, de variar la duración, de proponer incertidumbre en la localización y en la aparición de estímulos y en el objetivo de la tarea o de la utilización diversificada de estímulos.

- Variaciones en la toma de decisiones: a través de tareas con dos o más objetivos, disminución del tiempo de reflexión desde la percepción a la ejecución (se amplía el campo visual o la distancia con el adversario) o la incertidumbre sobre el objetivo de la tarea.
- Tareas en estado de fatiga: requeridas al cansancio fisiológico (se alternan parámetros fisiológicos), el exceso de información (se dificulta el procesamiento y control de los estímulos) y la acumulación de tareas (se incrementa el número de objetivos).

### **La capacidad de orientación**

Según Harre (1987) la orientación es la capacidad que permite determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo con relación al campo de acción (terreno de juego, balón) y/o a un objeto en movimiento (móvil, compañeros, adversarios). La percepción de la situación y del movimiento en el espacio y de la acción motriz para cambiar la posición del cuerpo debe entenderse como una unidad, o sea, como la capacidad para controlar el movimiento del cuerpo orientado en el espacio y el tiempo. Además del reconocimiento del objetivo de la acción, la anticipación de los programas de acción es un fundamento esencial de la capacidad de orientación.

Para Meinel, K. y Schnabel, G. (1987) por capacidad de orientación se entiende la capacidad de determinar y cambiar en el espacio y el tiempo, la

posición y el movimiento del cuerpo, referidos a un campo de acción definido o a un objeto en movimiento.

Lago Peñas y López Graña (2001) consideran que es la capacidad que permite determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo en relación al campo de acción (terreno de juego, material fijo) y/o a un objeto en movimiento (móvil, compañeros, adversarios). La percepción de la situación y del movimiento en el espacio y de la acción motriz para cambiar la posición del cuerpo debe entenderse como una unidad, o sea, como la capacidad para controlar el movimiento del cuerpo orientado en el espacio y el tiempo.

Es 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 (Weineck, J., 2005). Collazo, A.(2005) precisa que se aprecia en la ubicación espacio temporal de las acciones motrices que realiza con relación a los diferentes objetos que lo rodean, mientras Torrez,C.e Iniesta,J.A(2009) analiza la capacidad de orientación espacio temporal se entiende como la capacidad para determinar y modificar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo, en relación a un campo de acción definido.

Gonzáles y Mejía (2010), destaca es poder determinar lo más rápido y exacto posible, la variación de la situación, los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo, en correspondencia con los objetos que

forman su medio; esto significa el compañero, el contrario, el implemento deportivo, el área de competencia. La capacidad de orientación permite percibir la ubicación en el espacio y en el tiempo de ejecución en el cual se desarrolle un movimiento sin perder la posición en el campo.

Al percibir todo lo que sucede a su alrededor y al hacer una regulación óptima de sus acciones para cumplir el objetivo que se ha propuesto, el sujeto pone de manifiesto esta capacidad; esto es posible ya que a través de las sensaciones somáticas (mecanismos nerviosos que reúnen informaciones sensitivas de todo el cuerpo), nos llega toda la información sensitiva que recibimos. Esas sensaciones pueden ser exteroceptivas, propiceptivas y viscerales o interoceptivas.

Son las propiceptivas (las que se originan en los tejidos profundos del organismo) las que anuncian al sistema nervioso las posiciones de los distintos segmentos corporales con respecto a otros, o la orientación espacial del cuerpo.

***Esta capacidad está estrechamente relacionada con los siguientes aspectos:***

- Calidad de la visión del individuo.
- Nivel de representación del entorno.
- Calidad de la memoria.
- Capacidad de autodeterminación motora.

***Manifestaciones de la capacidad de orientación***

*1. Orientación tiempo:*

- Tiempo de reacción: El tiempo de reacción es el tiempo transcurrido desde la presentación del estímulo hasta el comienzo del movimiento.
- Tiempo de movimiento: El tiempo de movimiento es un factor motor, es la medida temporal del gesto realizado. Se puede medir desde la aparición del movimiento hasta su finalización o la finalización del gesto principal o de su primer fragmento.

*2. Orientación espacio:*

El espacio es la diferenciación del "yo" corporal respecto del mundo exterior (Le Boulch, 1972).

Para Fernández, J. C. (2003) citado Fernández, J. C.; mercado, F. y Sánchez, M. D. (2003) por es el medio en el que se sostienen nuestros desplazamientos, delimitado por sucesos (intervención temporal) y por sujetos (intervención personal), en el que cada individuo organiza una ordenación de sus percepciones en función a las vinculaciones que mantiene con dicho medio, reportándole un continuo Feed-back".

La organización espacial depende simultáneamente de la estructura misma de nuestro propio cuerpo, de la naturaleza del medio que nos rodea y de sus características.

Nuestra percepción del espacio se funda sobre índices espaciales (especialmente los indicadores visuales) a partir de los cuales se constituyen tanto las formas como la configuración de los lugares.



La adecuada percepción del espacio permitirá al deportista ser capaz de adaptarse a las situaciones de juego de forma eficaz, se deben tener presentes siempre, aspectos como el terreno de juego, situación de los contrarios y adversarios, además de los implementos.

Dentro de los deportistas acrobáticos (saltos de trampolín, gimnasia, etc.), el sistema vestibular incrementa su importancia a la hora de disponer información básica para organizar el movimiento.

La **importancia** de esta capacidad en el fútbol es interpretada como la capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo, en relación a un campo de acción definido y/o a un objeto de movimiento.

La capacidad de orientación se puede subdividir en capacidad de orientación espacial y capacidad de orientación temporal, que se pueden presentar separadamente, este será el escenario más frecuente, aunque a veces se encuentran conectados uno del otro.

### ***Etapas sensibles para la enseñanza y estimulación de la capacidad de orientación.***

#### *En niños de 5 años*

- La percepción del espacio y tiempo concretos son claros y precisos.
- Percibe la trayectoria de una pelota que viene por el aire, puede tomarla luego de 2 piques en el suelo.

#### *En niños de 6 años*

- Inicio de su fase sensible.

- Se ubica correctamente en relación a las nociones espaciales (arriba, abajo, cerca, lejos) siempre y cuando sea claro el punto original de referencia.
- Tiene inconvenientes en la transposición de estas nociones al plano de la hoja., sobre todo si no han sido previamente estimuladas.
- Su noción del tiempo es rudimentaria, difícilmente se ajuste a ritmos impuestos durante mucho tiempo.

#### *En niños de 7 años*

- Amplía su campo nocional, por ello responde con seguridad y fluidez a las consignas relacionadas con las orientación, ubicación y direcciones espaciales, cálculo de tamaño y distancias, etc.
- Es más prudente al enfrentar tareas, pues calcula y compara: distancias, alturas, tamaños.

#### *En niños de 8 años*

- Las nociones tridimensionales del espacio se estructuran con mayor solidez, sobre la base de una visión periférica y en profundidad más evolucionada. Ubicadas en el plano horizontal hay respeto por la perspectiva.

#### *En niños de 9 años*

- Su orientación témpora espacial de objetos en movimiento, desplazándose con velocidad y puntos de partida o llegada cambiante, se ha enriquecido por lo que puede encarar con

éxito el aprendizaje de deportes con pelota.

- Aún no es capaz de establecer 2 o 3 relaciones espacio temporales simultáneas, esto dificulta la comprensión y ejecución de aspectos tácticos de conjunto.

#### *En niños de 10 años*

- Mejoran los movimientos de la periferia (habilidad de manos y dedos), de allí que los movimientos propios de lanzamientos puedan trabajarse mejor.

#### *En niños de 12-14 años*

- La hembra domina más su periferia y los movimientos suaves y redondeados, poseen gran dominio coordinativo y ejecutan con precisión tareas motrices finas.
- Los varones poseen gestos más veloces y potentes, pero son torpes en los movimientos segmentarios finos.

Los **métodos** para desarrollar la capacidad de orientación son:

- La observación de otros ejecutantes en movimiento y parados.
- Los cambios de posición en el espacio, sobre distancias prefijadas.
- La utilización de espacios diferentes a los estándares (terreno reducido, cancha más grande).
- El uso de un número diferente de adversarios, implementos de juego de dimensiones distintas.

- La observación y el conocimiento del espacio que ocupan, del movimiento que deben hacer los otros (roles).
- El empleo de posiciones, condiciones y movimientos inusitados (verticales, ruedas, vuelcos).
- La posibilidad de auto-observación simultánea o diferida (espejos, videotape).
- La inserción progresiva al objeto principal del ejercicio de ulteriores elementos estables o inestables en el campo visual del ejecutante.

Los **ejemplos** de ejercicios que podrían aplicarse al desarrollo de esta capacidad, son:

- Desplazarse a distintos ritmos, en distintas direcciones y con variadas posiciones del cuerpo.
- Saltar aumentando las distancias y la profundidad.
- Correr por espacios no comunes.
- Lanzar la pelota hacia adelante y, antes del segundo pique, tomarla luego de un giro completo.
- Utilización de espacios no comunes para movimientos cotidianos: arenero, escalinatas, cama elástica (si se tuviera acceso).

## **CONCLUSIONES**

En el análisis realizado se pudo apreciar que hay coincidencia en la mayoría de los autores en la importancia de las capacidades coordinativas y en especial de la

capacidad de orientación en los futbolistas para determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo en relación con el campo de acción (terreno de juego, material fijo) y/o un objeto en movimiento (móvil, compañeros, adversarios).

Se reconoce que el entrenamiento de la capacidad de orientación en los jóvenes jugadores es necesario para que estos dominen y desarrollen determinados factores que le permitan realizar las acciones con el mayor éxito posible; se ha demostrado que existe una fuerte relación entre el entrenamiento de la capacidad de orientación y la eficacia en el juego.

En el presente trabajo, a partir del análisis de las aportaciones de los diferentes autores, se presentan principios, criterios, métodos y ejercicios que pueden constituir herramientas efectivas para los entrenadores de fútbol en la conducción del proceso de entrenamiento hacia el desarrollo de las capacidades coordinativas y de manera particular, la capacidad de orientación en los futbolistas de 12 -14 años.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Antón, J. L. (sf). El entrenamiento de las capacidades coordinativas en deportes de equipo: bases de aplicación y tratamiento en la formación del jugador. Recuperado de J Anton -

Expomotricidad -  
aprendeenlinea.udea.edu.co

Camacho, H. (2010). Pedagogía y Didáctica de la Educación Física. Editorial kinesis, Barcelona- España.

Chiriboga, D. M. (2017). Las capacidades coordinativas en los fundamentos técnicos del fútbol en la Escuela de Liga Deportiva Universitaria de Quito Sede Riobamba. Tesis de Maestría. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.

Collazo, A. (2005). Las capacidades físicas: Guía teórico práctica. La Habana: Paidotribo.

Fernández, J. C.; Mercado, F. y Sánchez, M. D. (2003). Teoría y práctica psicomotora de la orientación y localización espacial. Revista digital Efdeportes. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd59/espac.htm>

Harre, D. (1987). Teoría del Entrenamiento Deportivo. Editorial Stadium, Buenos Aires Argentina.

- Jacob, F. (1991). Función e importancia de las cualidades coordinativas. Revista Stadium, año 25, 147, 36-40.
- Lago, C. (2002). La preparación Física en el Fútbol. Ed. Biblioteca Nueva.
- Lago, C. y López, P. (2001). Las capacidades coordinativas en los juegos deportivos colectivos. El balonmano. Revista digital Efdeportes. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd30/balonm1.htm>
- Le Boulch (1972). La educación por el movimiento en edad escolar. Buenos Aires. Paidós.
- Madello, A. (1986). Atletismo y capacidad de coordinación. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 8, 27-32.
- Manno, R. (1985). La capacidad coordinativa. Revista Stadium, 111, 2-13.
- Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C. y Rost, K. (2004). Metodología General Del Entrenamiento Infantil Y Juvenil. (1a. ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Morino, C. (1991). La capacidad coordinativa en deportes de equipo. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 18, 2-9.
- Massafret, M. y Segrés, R. (2010). "Procesos coordinativos, optimización de la técnica", Apuntes del master profesional en alto rendimiento deportivo de deportes de equipo, Barcelona.
- Meinel, K. y Schnabel, G. (1987): Teoría del movimiento. Síntesis de una teoría de la motricidad deportiva bajo el aspecto pedagógico, Buenos Aires: Stadium.
- Platonov, V. (2001). Teoría General del Entrenamiento Deportivo. Olímpico: Editorial Paidotribo.
- Rivera, E.; Trigueros, C. y Torres, J. (1993). Coordinación y equilibrio. Concepto y actividades para su desarrollo. Granada. Imprenta Rosillo's.

- Solana, A. y Muñoz, A. (2011). Importancia del entrenamiento de las capacidades coordinativas en la formación de jóvenes futbolistas. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM*. vol. XXI, núm. 2, 2011, pp. 121-142
- Souto, J. (1997). Las capacidades coordinativas y su trabajo específico para el tenis. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, tomo XI, 2, 17-22.
- Weineck J. (2005). *Entrenamiento Total*. Editorial Paidotribo. Barcelona, España.
- Torres, C. e Iniesta, J. A. (2009). *La Formación del educador deportivo en balonmano Nivel I*. Sevilla: Wanceulen editorial deportiva.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Editorial Paidotribo. Barcelona, España.

Recibido: 03072019

Aprobado: 09092019

Lcdo. Darwin Guillermo Álvarez Cayampe

Docente en la Unidad Educativa Rosa de Jesús Cordero. Guayaquil, Ecuador

Email: darwin78\_78@hotmail.com

Lcdo. Cristian Patricio Calle Velesaca

Docente en la Unidad Educativa Rosa de Jesús Cordero. Guayaquil, Ecuador

Email: cristian\_calle.v@hotmail.com

Lcdo. Rodolfo Robles Salguero

Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador

rrobless@unemi.edu.ec