

# INICIACIÓN DEPORTIVA EN FÚTBOL SALA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 4º DEL COLEGIO MARÍA TERESA.

SPORTS INITIATION IN FOOTBALL IN CHILDREN OF SCHOOL MARY TERESA 4TH.

## **Francesco Davinci Tatis Guerrero**

Estudiante de décimo semestre del programa de Ciencias del Deporte de la U.D.C.A.. Hace parte del programa de Semilleros de Investigación. E-mail: francescocodtg@gmail.com

## **Álvaro José Gracia Díaz**

Licenciado en Educación Física, Deporte y Recreación. Especialista en teoría, métodos y técnicas de la investigación social. Magister en docencia universitaria y Dr(Ph. D) en Pedagogía y Didáctica de la Educación Física.

capacidades cognitivas y la socialización de problemas con otros semejantes, para llegar a la solución de problemas en conjunto, entre otros.

**Palabras Clave:** Iniciación deportiva, intervención, interacción, modelo constructivista.

## **RESUMEN**

La investigación, cuyos resultados presentamos, se realizó en el Colegio María Teresa de la ciudad de Bogotá, con el objeto de propiciar espacios que permitan la iniciación deportiva, en los niños (as) que se encuentran en dicha Institución Educativa.

Se observó el poco conocimiento de la importancia de desarrollar la actividad deportiva y realización de actividad física, además, la carencia de elementos básicos para el desarrollo del deporte mencionado y espacios de recreación con muchas falencias.

Se analizó que los valores educativos del deporte son fundamentales en el desarrollo de niños y niñas, se deduce que el deporte escolar es primordial, para la interacción y socialización con otras instituciones, en las creencias que existen sobre los valores que aporta el deporte, en pro de mantener un cuerpo sano; ayuda a la motricidad y al desarrollo personal del niño, estimula las

## **ABSTRACT**

The research, the results presented, was held at the Maria Teresa College of Bogota, in order to provide spaces that allow sports initiation in children (as) found in this educational institution.

Little knowledge of the importance of developing the sport and performing physical activity also observed the lack of basic to the development of sport and recreation spaces mentioned many shortcomings elements.

We analyzed the educational values of sport are fundamental in the development of children, it follows that school sport is paramount for interaction and socialization with other institutions, beliefs that exist on the values provided by the sport, towards maintaining a healthy body; helps motor skills and personal development of the child, stimulates cognitive skills and socialization with other similar problems, to get to the solution of problems together, among others.

**Key words:** Sport initiation, intervention, interaction, constructivist model.

## INTRODUCCIÓN

---

El presente trabajo constituye **una aproximación a la Iniciación Deportiva** vista como una opción de desarrollo motriz y posibilidad de socialización.

El criterio fundamental que se emplea como punto de partida, es considerar que la estructura de los deportes, y especialmente su lógica interna, se constituye en un elemento esencial que debe ser tenido en cuenta, para determinar la organización de los contenidos a impartir y las secuencias del proceso de enseñanza-aprendizaje.

A la hora de determinar, el proceso de formación en la Iniciación Deportiva, la gran mayoría de los autores han procedido dividiéndolo en etapas, a partir de la edad cronológica del individuo que aprende.

Por lo tanto, se pretende desarrollar herramientas de trabajo, en forma de juegos, con el fin de poder utilizar el aprendizaje del fútbol, el baloncesto, el voleibol y el atletismo, como un recurso dentro de las clases de iniciación deportiva, siguiendo para cada etapa, unos objetivos y contenidos determinados.

## DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA O NECESIDAD

---

### *Antecedentes*

Tradicionalmente, se ha considerado la iniciación deportiva como la base de aprendizaje de las capacidades básicas deportivas, por eso, los objetivos esenciales

de cualquier programa de enseñanza deportiva, requieren que se plasmen en habilidades y técnicas.

No obstante, la iniciación deportiva, debido 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.

Cada práctica deportiva, exige un requerimiento específico de conocimientos por parte del docente, y por eso, es imprescindible que esté capacitado, porque tradicionalmente, en los Centros Educativos el personal docente, encargado de la enseñanza de ciertas disciplinas deportivas, no han requerido de estudios preliminares y ha existido poco interés por parte de los docentes en capacitarse.

Esta forma de proceder de los docentes, ha mermado la adquisición de habilidades técnicas y una vez concluidas las fases evolutivas, los niños manifiestan un deficiente desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

---

El Colegio María Teresa, es una institución, en la que niños y niñas que se encuentran comprendidos entre las edades de 5 a 7 años. Hasta el momento, el desarrollo de la práctica deportiva, se consideraba como una pérdida de tiempo y no una posibilidad de desarrollo físico, psicológico... y un medio de socialización para los niños (as) beneficiarios, no solo por parte de los directivos, sino también, por parte niños (as) y padres de familia.

En la actualidad, se conoce que por la falta de actividad deportiva dentro de los centros

educativos, el sedentarismo ha aumentado en 75% de la población nacional, y que éste ha generado un sin número de enfermedades, **que en su gran mayoría ha atacado a los niños en tempranas edades como es el sobrepeso.**

La actividad deportiva y sobre todo la práctica del fútbol sala, deben ser realizadas de manera planificada y bajo un notable conocimiento de profesionales en el área de la educación física o entrenamiento deportivo.

Una vez detectadas estas falencias, se ha creído necesario aplicar los conocimientos adquiridos en la Carrera de Ciencias del Deporte, realizando un ejercicio de iniciación deportiva con los niños y niñas del colegio, a fin de contribuir a un mejor desarrollo humano y potenciación de sus habilidades.

#### **Formulación del Problema**

¿Cuáles son los criterios para desarrollar programas de iniciación deportiva en fútbol sala, con los niños de cuarto del Colegio María Teresa?.

#### **JUSTIFICACIÓN**

---

El proceso de iniciación deportiva debe dar prioridad al desarrollo humano, la promoción de la salud, tanto física como mental, el crecimiento personal del individuo, el desarrollo de la identidad, el reconocimiento de las capacidades de otros individuos, el desarrollo de la competencia motriz, que potencien la funcionalidad en el juego, la comunicación entre personas, el goce de las actividades y la satisfacción personal, grupal

o colectiva de la actividad, que se realiza o se haya realizado.

Los propósitos generales son intencionados en el desarrollo personal de niños y niñas y los aportes y contribuciones que se pueden brindar para el crecimiento, desarrollo tanto individual como colectivo, desde una perspectiva de libertad responsable y de respeto.

A partir de la reflexión teórico-práctica realizada al intervenir, se piensa ahora en procesos de Iniciación Deportiva que trasciendan los fines y objetivos de aprendizaje, centrados en el desarrollo de habilidades y capacidades Sico-motrices, abordando la formación del ser humano desde diferentes puntos de vista disciplinares, inter-disciplinares y trans-disciplinares, que contribuyan a la interpretación del deporte desde el campo de formación humana y social.

#### **OBJETIVOS**

---

##### **GENERAL:**

- Desarrollar con los niños y niñas, un proceso de iniciación deportiva en una disciplina, llevando a cabo el mejoramiento de sus capacidades motrices y coordinativas, que les permita mejorar su desarrollo y su calidad de vida.

##### **ESPECÍFICOS:**

- Mejorar su autoestima y permitir un mayor grado de socialización.
- Inculcar día a día hábitos deportivos y sanos, que mejoren la calidad de vida, que disminuyan el sedentarismo en la población infantil, obesidad y enfermedades asociadas.

- Realizar diferentes propuestas, que den una nueva perspectiva de la práctica deportiva en niños y niñas, no que simplemente se dé una clase de educación física, si no hacer que por medio de esta clase se realice una iniciación, para que tanto los niños y niñas de la institución, en un futuro tengan las bases y sean buenos deportistas o personas que les guste realizar deporte para su salud y bienestar.

## MARCO DE REFERENCIA

---

### *Concepto de Iniciación Deportiva.*

El período en el que el individuo empieza a aprender de forma específica la práctica de un deporte, es lo que se conoce como **iniciación deportiva**.

El proceso de **iniciación deportiva**, no es el momento del inicio de la práctica deportiva, sino que es el inicio de una acción pedagógica, que teniendo en cuenta, las características de la actividad del niño y los objetivos, va evolucionando hasta alcanzar el dominio de la especialidad; "tradicionalmente, se conoce con el nombre de iniciación deportiva, el período en el que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes" (Blázquez, 1986, p. 32).

La **iniciación deportiva** "es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que se toma contacto con el mismo hasta que se es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional" (Hernández, y al et., 2000. p.12).

Un individuo está iniciado en un deporte, cuando tras un proceso de enseñanza-aprendizaje, adquiere los patrones básicos requeridos por la motricidad específica de un deporte, de manera tal, que además, de conocer sus reglas y comportamientos estratégicos fundamentales, sabe ejecutar sus técnicas, moverse en el espacio deportivo con sentido del tiempo, de las acciones y situaciones y sabiendo leer e interpretar las comunicaciones motrices emitidas por el resto de los participantes en el desarrollo de las acciones de juego. (Hernández, J., 1988).

La **iniciación deportiva**, es el proceso que va desde el momento en que comienza su aprendizaje inicial, hasta que el individuo es capaz de aplicar lo aprendido, a una situación real de juego con nivel global de eficacia. Delgado, M. (Tomado de Blázquez, 1995).

### Factores Intervinientes en la Iniciación Deportiva.

Según Hernández (1995), los aspectos que influyen en la enseñanza deportiva son:

- a. Las características de la actividad deportiva, su estructura y lógica interna.
- b. Las características del individuo que aprende.
- c. Los objetivos que se pretenden alcanzar.
- d. Los planteamientos pedagógicos y métodos didácticos.

### El individuo que se inicia:

Tanto sí, el sujeto que aprende es un niño, como sí es un adulto, se deben considerar las características de ese sujeto que aprende. Dentro de esas características se tendrán en cuenta:

- Las capacidades físicas básicas.
- El período de la vida del individuo en que se encuentra, la etapa de crecimiento, no

es lo mismo edad cronológica que edad biológica.

- La personalidad y el comportamiento del individuo.
- Valorar la motivación hacia la práctica deportiva general y en particular a ese deporte en concreto. Esta motivación puede ser motivación intrínseca o motivación extrínseca.
- Su acervo motor y su experiencia motriz.
- Su capacidad de aprendizaje.
- Las condiciones de salud física, psíquica y social.

## METODOLOGÍA

### Modelo constructivista de la enseñanza deportiva

Contreras, et al., (2001), proponen un nuevo modelo de intervención para el aprendizaje en la iniciación deportiva, este modelo parte del **modelo comprensivo antes desarrollado y se basa en la concepción constructivista**, "...es un proceso que implica a la totalidad del alumno: no sólo sus conocimientos previos pertinentes, sino, también, sus actitudes, sus expectativas y sus motivaciones juegan un papel de primer orden" Coll (1990).

Driver (1986) resume las principales características del proceso constructivista:

- "Lo que hay en el cerebro del que va a aprender tiene importancia.
- Encontrar sentido supone establecer relaciones: los conocimientos que pueden conservarse permanentemente en la memoria, no son hechos aislados, sino aquellos muy estructurados y que se relacionan de múltiples formas.

- Quien aprende construye activamente significados.
- Los estudiantes son responsables de su propio aprendizaje".

### Modelo constructivista horizontal de la enseñanza deportiva

Podemos decir, que la característica principal de este modelo, al igual que en el comprensivo, es la transferencia de principios similares entre unos deportes y otros, por lo que deportes con una lógica interna similar, se pueden asimilar conceptos tácticos comunes (ver figura No. 3).

Normalmente, en una primera etapa, estos deportes no se deben de presentar de una manera muy compleja, modificando varios aspectos (número de jugadores, dimensión del terreno de juego, entre otros.), para que los deportistas puedan comprenderlos de una manera más sencilla.

Por lo tanto, la utilización de una técnica de enseñanza utilizada, mediante indagación o búsqueda, favorece lo que la figura 3 expone, una búsqueda de soluciones por parte de los jugadores (Contreras, et al, 2001) *"...deben promoverse situaciones de análisis y reflexión, individual y colectiva, sobre los problemas y dificultades encontradas al intentar conseguir el objetivo del juego, lo que a su vez, bajo la orientación del profesor o profesora, dará lugar a una búsqueda "cognitiva" de posibles soluciones a tales problemas (reflexión sobre la acción)"* (p. 42).

## Modelo constructivista vertical de la enseñanza deportiva

La diferencia de este modelo con el anterior recae, al igual que en el modelo comprensivo, en el tratamiento de una sola modalidad deportiva. Podemos decir, que en este modelo el jugador se va especializando en los elementos o medios técnico-tácticos de dicha modalidad deportiva, pero siempre

desde un punto de vista constructivo (Contreras, et al, 2001) "...de lo que se trata es de inducir, de manera paralela a la práctica, procesos de percepción, exploración, análisis y reflexión que vayan familiarizando al alumnado con los aspectos estratégicos de la actividad deportiva planteada y con la búsqueda de soluciones a los problemas que surgen durante la práctica" (p. 53).

La figura siguiente, explica de manera clara las fases de este modelo, muy similares con el anterior.

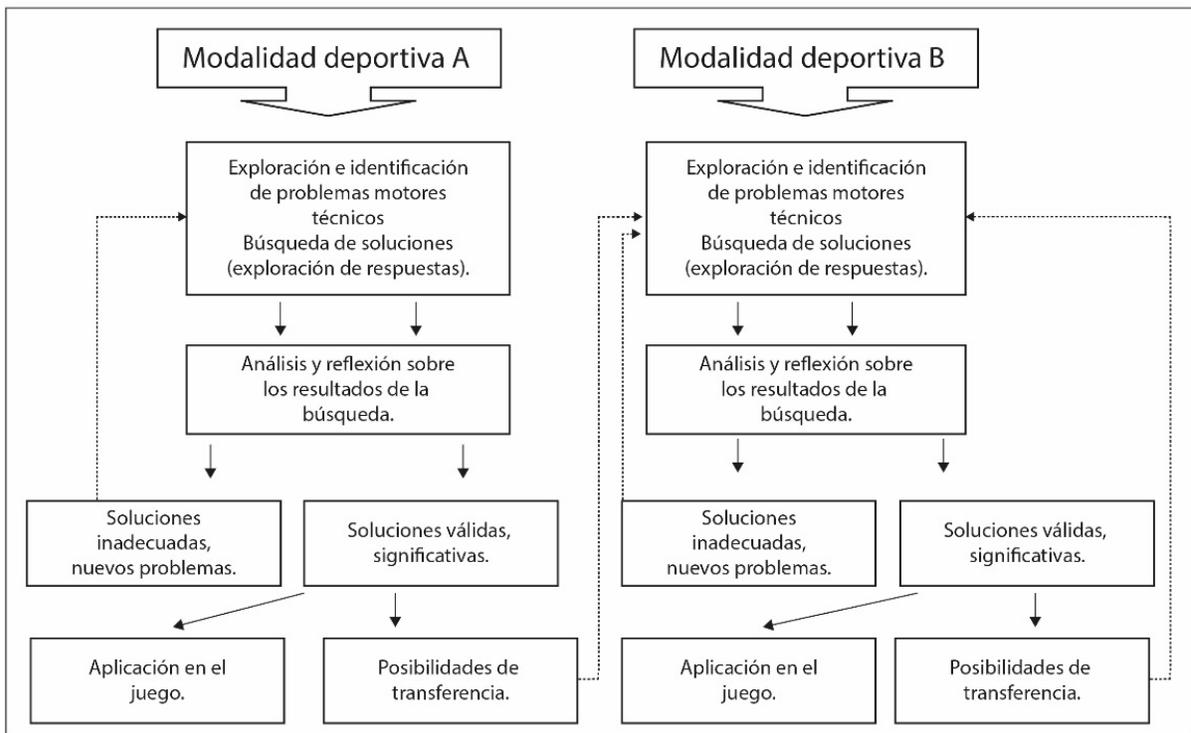


Figura No. 3. Fases principales del modelo constructivista horizontal de iniciación deportiva (Contreras et al., 2001).

Se considera que la mejor aplicación, es la utilización de las bases de estos dos tipos de modelos, constructivista vertical y horizontal.

Es necesario, que aparezcan conceptos tácticos horizontales como pueden ser la

"línea de pase" y conceptos verticales como por ejemplo la "conducción en fútbol", realizando una mezcla de ambos modelos, utilizando una estrategia basada en la variedad de situaciones, porque en los

deportes de equipo se enriquecen, a través de respuestas variadas y aleatorias, basándose el aprendizaje en la necesidad de interpretar y analizar las señales para tomar varias soluciones motrices (Seirullo, 2005).

## ASPECTOS DE GESTIÓN RECURSOS

### HUMANO

- Una institución reconocida y óptima para gestionar trámites administrativos

que permitan a los niños y niñas de esta institución tener una buena calidad de vida.

- Grupo interdisciplinario capacitado para llevar un seguimiento estricto de sus encargados, para ejercer los programas de actividad física que requieren los niños y niñas.

### FÍSICO

- Una infraestructura inapropiada y que puede mejorar sus condiciones para ejercer la práctica deportiva.

## ASPECTOS DE GESTIÓN

### CRONOGRAMA DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL 1:

<i>CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PRÁCTICA PROFESIONAL 1</i>																				
MESES	JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
SEMANA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Inicios de clases	■																			
Reunión de práctica		■																		
Consecución del sitio			■	■																
Realización del diagnóstico				■	■															
Aprobación del diagnóstico					■	■														
Ante - Proyecto										■										
Tutorías				■	■										■					
Practicas Profesionales				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■				
Entrega proyecto final																		■		
Sustentación final																		■		

## EVALUACIÓN.

### Test de flexibilidad.

Tests seated and reach modificado.

#### Objetivo.

Evaluar la flexibilidad del tronco de la persona a la cual se le realiza esta prueba.

#### Elementos.

- Cajón.
- regla o batilla de marcación.

#### Realización.

- La persona a realizar el test se sienta en el suelo, la espalda y la cabeza deben estar en contacto total contra la pared.
- Las piernas deben estar totalmente estiradas al frente y la planta de los pies deben de hacer contacto con el cajón.

- Las posición de las manos (debe estar una mano sobre la otra) los brazos totalmente estirados a delante manteniendo la espalda y la cabeza contra la pared hasta que se le indique.
- Se toma la distancia desde la posición de la punta de los dedos al cajón y esta distancia se tomará como el punto cero.
- Cuando se dé la indicación, la persona debe ir hacia adelante, extendiendo los brazos lo más al frente que se pueda, se mantiene durante 2 segundos y se toma el punto de referencia.
- Este proceso debe ser realizado 3 veces, de los cuales se tomará el mejor resultado.

Género	Excelente	S. media	promedio	B. media	pobre
Masculine:	> 14	11-14	7-10	4-6	<4
Feminine:	>15	12-15	7-11	4-6	<4

Figura1.1 Test funcionales (Antonio Luis Alba Berdeal, 2010).

### Test de fuerza.

#### Test salto horizontal sin carrera de impulso.

#### Objetivo.

Medir la fuerza explosiva que tiene la persona en el tren interior.

#### Material.

- Cinta métrica.

- Tiza.

#### Realización.

- El individuo que va realizar el test, se debe ubicar detrás de la línea que se ha trazado respectivamente.
- Las piernas deben estar ligeramente separadas al ancho de los hombros.

- Para realizar el salto debe realizar una flexión de las rodillas y realizar el salto con la mayor potencia que se pueda, ayudándose con el impulso de los brazos.
- Se tomará la marca desde la parte del cuerpo que esté más cerca a la línea trazada.
- Se realizarán 3 saltos y se tomará el mejor registro de salto que se haya tenido.

Salto Horizontal	EDAD					Categoría
	Percentil	7	8	9	10	
<b>100</b>	188	199	196	190	187	Extremadamente bueno.
<b>95</b>	136	147	150	160	167	Muy bueno.
<b>90</b>	129	140	144	154	159	Bueno.
<b>85</b>	126	134	139	149	154	
<b>80</b>	122	129	135	144	150	
<b>75</b>	120	126	133	140	147	
<b>70</b>	116	123	130	137	145	Bueno por encima del promedio.
<b>65</b>	114	120	127	134	141	
<b>60</b>	112	118	125	132	139	
<b>55</b>	109	116	124	130	136	
<b>50</b>	106	114	122	128	134	Normal.
<b>45</b>	104	112	120	126	132	Bajo al promedio.
<b>40</b>	101	110	117	124	129	
<b>35</b>	99	108	114	122	127	
<b>30</b>	96	104	111	119	124	
<b>25</b>	93	102	109	116	120	
<b>20</b>	91	99	106	113	116	Pobre.
<b>15</b>	88	95	101	109	111	
<b>10</b>	85	90	98	106	107	
<b>05</b>	80	80	82	101	102	Muy pobre.
<b>00</b>	56	64	64	80	71	Extremadamente pobre.

Figura 1.2: Desarrollo de la fuerza en el niño (Javier Tabora Chaurra - Luz Estrella Nieto Osorio, 2011).

Test carrera de ida y vuelta 10x5 metros (10x5m). Batería eurofit.

**Objetivo.**

Identificar el nivel de Velocidad-agilidad que tenga la persona.

**Descripción del test.**

Se trata de una prueba de carrera de ida y vuelta a su velocidad máxima.

**Material.**

- Suelo (asfalto o pavimento).
- Cronómetro.
- Cinta métrica.
- Tiza, cinta o conos.

**Realización.**

- La persona que va a realizar la prueba debe situarse de pie en la línea de

salida, con un pie justo detrás de la línea.

- A la señal del evaluador, la persona tendrá que correr lo más rápidamente posible hasta la otra línea, pasándola en su totalidad con ambos pies y volver a velocidad máxima hasta la línea de salida.
- Esta fase constituye un ciclo. Tienes que efectuar 5 ciclos seguidos.
- Al finalizar el quinto, no se debe disminuir la velocidad cuando la persona se esté acercando a la línea final, la persona debe seguir lo más rápidamente que puedas hasta pasar la línea.
- Este test solo será realizado una sola vez.

---

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba, A. (2010). Test Funcionales. Cine antropometría y prescripción del entrenamiento en el deporte y la actividad física.3 edición. Armenia: Editorial Kinesis.
- Anton, J. (1989). Entrenamiento Deportivo en la Edad Escolar. Málaga: Unisport.
- Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona: Hispano Europea.
- Blázquez, D. (1986). Iniciación a los deportes de equipo. Martínez
- Blázquez, D. (1995). La iniciación deportiva y deporte escolar. Barcelona: Inde.
- Castelo, J. (1999). Fútbol. Estructura y dinámica de juego. Barcelona: INDE.
- Devis, J. y Peiró, C. (1992). Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La salud y los juegos modificados. Barcelona: Inde.
- Durán, C. y Lasierra, G. (1994). Estudio experimental sobre didáctica aplicada a la iniciación a los deportes colectivos. Revista de Investigación y Documentación sobre las Ciencias sociales de la Educación Física y el Deporte, 7, 92-128.
- García, F. (2006). Del Cero al Gesto. Proceso Metodológico para Identificar las diferentes pruebas atléticas y el atletismo. Armenia: Kineisis.

- Hernández, J. (1997). La Iniciación Deportiva desde la Praxiología Motriz. Quito.XVI Congreso Panamericano de Educación Física y Deportes (Ecuador).
- Hernández, J. (2000). La Iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Barcelona: INDE.
- Hernández, J. y Rodríguez, J. (2004). La Praxiología motriz: fundamentos y aplicaciones. Barcelona: INDE.
- Jiménez, F. (1994). Análisis y tratamiento didáctico de las actividades deportivas de cooperación-oposición. En Romero, S. (coord.) Didáctica de la Educación Física: diseños curriculares de primaria (107-212). Sevilla: Wencenlen.
- Lozano, J. (1995). Fútbol Salas experiencias tácticas. Barcelona: GYMNOS.
- Mcnamee, M. (1992). La enseñanza para la comprensión de los juegos deportivos: una revisión crítica, en Devis, J. y Peiró, C. (comps) Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física. La salud y los juegos. Roca. Barcelona.
- Sampedro, J. (1996). Análisis Praxiológico del Fútbol Sala. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Sánchez, F. (1984) Bases para una didáctica de la Educación física y el deporte. Madrid Gymnos.
- Tabardo, J. y Nieto, L. (2011). El Desarrollo De La Fuerza En El Niño Teoría y Práctica. Armenia: Kinesis.
- Valdericeda, F. (1993). Fútbol Sala Defensa - Ataque - Estrategias. GYMNOS.