

Nivel de desarrollo capacidades físicas coordinativas y su influencia en el desarrollo de la técnica del regate en el fútbol infantil

Level of development of physical coordination abilities and their influence on the development of the dribbling technique in children's soccer

Heber Adbeel Herrera Rodríguez ¹, Sandra Iliana Torres Herrera ², Abril Ávila Zúñiga³, Pedro Afá Rosell⁴

Resumen

El fútbol es el deporte más popular hoy en día dentro de la edad infantil, satisface las necesidades de movimiento, a su espíritu competitivo y es elegido por muchos como su pasatiempo favorito. También es importante brindarles certeza para que lo desarrollen con seguridad y de acuerdo a su edad. (Benedek, 2006). Fútbol infantil. Es importante desarrollar habilidades que nos ayuden a mejorar los resultados en este caso las capacidades físicas coordinativas y el regate, lo que conlleva a un entrenamiento con interés especial en aspectos que no aparecen en el juego. Desde esta perspectiva, se presentó el diseño de una batería de pruebas físicas con diferentes instrumentos de evaluación tales como: test de reacción 10 mts., test de equilibrio flamenco eurofit, test de orientación, test de estabilidad, test de slaom, test de conducción, test de dominadas, test de precisión, test de agilidad (Illinois) test de salto de longitud sin impulso(eurofit), para la recopilación de datos de las capacidades físicas coordinativas a los niños de la escuela de Fútbol Tuzos Drilling filial oficial del club Pachuca en Durango categoría sub-11 en el municipio de Durango.

Palabras clave: Capacidades, coordinativas, físicas, fútbol, infantil, regate.

Recibido: 21 de mayo de 2022 Aceptado: 11 de enero de 2023
Received: May 21, 2022 Accepted: January 11, 2023

¹ Licenciado en Educación Física y Deporte
Universidad Juárez del Estado de Durango
heberadbeel@gmail.com

² Doctora en Biología Molecular
Universidad Juárez del Estado de Durango
Sith.chany@gmail.com

³ Maestra en Ciencias
Universidad Juárez del Estado de Durango
Abi.smile.dgo@gmail.com

⁴ Maestro en Ciencias
Universidad Juárez del Estado de Durango
pedroafacub@gmail.com

Abstract

Soccer is the most popular sport today among children, it satisfies the needs of movement, their competitive spirit and is chosen by many as their favorite pastime. It is also important to provide them with certainty so that they can develop it safely and according to their age. (Benedek, 2006). It is important to develop skills that help us improve results in physical coordination and dribbling, which leads to training with special interest in aspects that do not appear in the game. From this perspective, the design of physical tests was presented with different evaluation instruments such as 10 meter reaction tests, eurofit flamenco balance test, orientation test, stability test, slalom test, driving test, dominance test, accuracy test, agility test, long jump test without impulse for the collection of data on the physical coordination capacities of the children of the Tuzos Drilling soccer school, an official affiliate of the Pachuca club in Durango, U-12 category, in the municipality of Durango. Through the implementation of a training program based on the data obtained from the initial test, the training sessions were programmed to improve agility, reaction, speed, orientation, accuracy, and ball control. In the same way, we were able to improve the results in the children's tournament obtaining the championship and thus extra motivation to achieve the participation of the team in the next "Pachuca International Tournament UFD 2022".

Keywords: Capacities, coordination, physical, football, children, dribbling.

Introducción

Anselmi y Borrelli (2015) mencionan que el fútbol infantil conforma el periodo que va desde los 6 hasta los 13 años de edad. Esta etapa debe estar bien estructurada y organizada, ya que le brindará al deportista una base imprescindible para los dos periodos subsiguientes en su camino del fútbol. No todos los niños pueden ser jugadores excepcionales de fútbol; sin embargo, a través de una práctica sistemática, calificada pueden aparecer para que los talentos presentes tengan la oportunidad de desarrollar su potencial, aquí la importancia de organizar entrenamientos de coordinación general y específica para el fútbol, porque se ha reconocido que las capacidades coordinativas son una condición del rendimiento para la consecución de un rendimiento máximo

La coordinación es la capacidad de compaginar los movimientos corporales

entre sí y respecto al entorno, lo cual incluye aspectos como mantener el equilibrio, el sentido del ritmo, la capacidad de reacción, la orientación en el espacio, la orientación entre ojo-pie y el conocimiento corporal. El sentido del equilibrio juega un papel muy importante en el dominio de la técnica y cuanto antes se anima a los niños a mantener el equilibrio mejores condiciones físicas poseen para aprender determinadas técnicas de manera adecuada para lograr el desarrollo de esta capacidad (Peitersen, 2007).

El regate es el movimiento que realiza un jugador para evitar que el contrario le robe el esférico, y también es la habilidad técnica que posee el futbolista para conseguir esquivar a un defensor sin perder el control del balón. Esta cualidad requiere la imaginación y de la personalidad del jugador que la lleva a cabo.

Montiel, David (2000) ha expresado que el regate es la acción técnica que nos permite avanzar con el balón, conservándolo y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego. Por lo tanto solo hay una manera de regatear (modo de proceder): Aquella por medio de la cual se desborda al adversario una acción llena de habilidad e imaginación.

Cualidades del Regateador

- Perfecto dominio de los apoyos en el suelo.
- Dominio del cuerpo.
- Dominio completo del balón, a pesar de la oposición.
- Habilidad, destreza e imaginación.
- Un buen cambio de ritmo en la progresión, para desplazar el balón fuera del alcance del adversario y engañarle.

La improvisación es la base de cualquier regate. Solo mediante la observación el jugador que realiza el regate elegirá el movimiento más adecuado para superar a su oponente. Toda esta jugada ocurre en segundos, por lo cual la rapidez para afrontar este de acciones y salir airoso es una de las capacidades del regateador.

Medina (2009) menciona quedriblar no es otra cosa que moverse con el balón a lo largo del campo. Es una habilidad usada para reubicar a un jugador en un lugar deseado en donde pueda disparar o pasar el balón. Lo que transforma el Dribling en un arte son los defensores que constantemente tratan de limitar las opciones del jugador con el balón.

Características del Dribling

- Es un fundamento técnico individual, personal y muy original.

- Para driblear se necesita un sentido agudo de la improvisación.
- El dribbling permite avanzar al sortear rivales.
- El objetivo del dribbling cambia de acuerdo a las diferentes zonas del terreno así:

En nuestra área nos ayuda a sacarnos de encima a los rivales (No es muy aconsejable realizarlo, solo hacerlo en casos extremos).

En mitad de campo sirve para descongestionar los rivales y mantener el balón (realizarlo cuando se está seguro de salir airoso, de lo contrario es mejor optar por dar un pase).

En el área rival se utiliza para generar un espacio que permita rematar a la portería o dar un pase de gol.

La Coordinación en el Fútbol es una de las condiciones generales para la formación de buenos jugadores técnicos y regateadores es que desarrollen una familiaridad natural entre el cuerpo y el balón en el transcurso de sus movimientos.

Entrenar las capacidades físicas coordinativas nos ayudara, a facilitar el aprendizaje de la técnica y tener mejores respuestas ante las situaciones que se presenten, además nos da la posibilidad de adaptarnos más rápido y adecuadamente a lo que nos rodea, y de esta manera potenciar la individualidad para mejorar la respuesta grupal y obtener mejores resultados.

Metodología

El trabajo se basó en un estudio cuantitativo. Se utilizó el tipo de investigación de campo de carácter descriptivo con la aplicación de test y una

ficha de observación directa para la recopilación de datos necesarios de estudio y por medio de la propuesta didáctica se establecerá una serie de pruebas para conocer el nivel de desarrollo de las capacidades físicas coordinativas y su correlación en el desarrollo de la técnica de regate en el fútbol infantil.

Se aplicó los diferentes instrumentos de valoración los cuales son; test de reacción 10 mts., test de equilibrio flamenco eurofit, test de orientación, test de estabilidad, test de slalom, test de conducción, test de dominadas, test de precisión, test de agilidad (Illinois) test de salto de longitud sin impulso(eurofit), con una muestra de 21 jugadores pertenecientes a la escuela de fútbol Tuzos Drilling categoría sub-11 en el municipio de Durango, utilizando la aplicación SSPS y el programa T DE STUDENT para la obtención de significancia y la comparación de medias en la obtención de resultados. Cabe señalar que se hicieron pequeños ajustes para adaptar la valoración de los resultados de en las pruebas realizadas.

Resultados

La investigación se realizó con los jugadores del equipo sub 11 de la escuela de fútbol Tuzos Servicios Drilling, con una población de 21 jugadores de los cuales se excluyó a 5 por no cumplir con los criterios de participación.

Como primera etapa, se realizó una evaluación inicial a todos los jugadores pertenecientes al equipo categoría sub 11 de la escuela de fútbol Tuzos Drilling, esto para determinar el nivel de desarrollo en

las capacidades físicas condicionales y coordinativas dentro de los 10 test seleccionados.

Se aplicaron un total de 10 test y mediante el uso de un software específico probabilístico para la formulación de hipótesis SPSS obteniendo el grado de significancia con la prueba “T DE STUDENT”, arrojando que uno de los test (flexibilidad), no muestra significancia por lo cual será descartado de la batería de pruebas.

Tabla 1. Grado de significancia de los test aplicados a los jugadores de la escuela de futbol Tuzos Drilling sub 11. (SSPS T Students)

Prueba para una muestra						
Valor de prueba = 0						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
Illinois	80.444	15	.000	21.603	21.03	22.17
Reacción	66.140	15	.000	2.703	2.62	2.79
Slalom	49.454	15	.000	3.803	3.64	3.97
Conducción	46.763	15	.000	19.013	18.15	19.88
Orientación	2.528	15	.023	1.750	.27	3.23
Salto	52.460	15	.000	1.511	1.45	1.57
Precisión	15.363	15	.000	2.313	1.99	2.63
Equilibrio	9.139	15	.000	2.875	2.20	3.55
Flexibilidad	-1.491	15	.157	-2.875	-6.98	1.23
Dominadas	12.623	15	.000	32.875	27.32	38.43

Fuente: Elaboración propia

La tabla 1 se muestra una prueba estadística utilizando el software SSPS, donde obtuvimos el grado de significancia de los diferentes test utilizando la T DE STUDENT que es una distribución de probabilidad para estimar la media de una población cuando la muestra es pequeña, la cual nos ayudó para la construcción de un intervalo de confianza donde también se obtuvo la diferencia de medias.

Resultados test de capacidades físicas

Tabla 2. Resultados de los test Illinois, reacción 10 metros, slalom, conducción en 8 y orientación.

Test	Illinois		Reacción 10 metros		Slalom		Conducción en 8		Orientación	
	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final
1	20.59	17.6	2.65	2.45	11.7	10.38	18.54	17.87	1	0
2	19.66	10.23	2.47	2.43	10.8	9.87	17.82	17.14	0	0
3	22.47	20.12	2.75	2.55	11.35	11.15	20.16	19.8	4	2
4	20.94	19.09	2.72	2.25	10.78	9.88	18.75	17.78	0	0
5	21.25	18.28	2.57	2.55	11.16	9.59	17.4	16.89	1	0
6	22.88	20.12	2.69	2.29	9.93	9.72	18.47	18.05	1	0
7	22.72	18.25	2.82	2.12	10.8	10.5	20.4	19.45	4	1
8	21.56	20.57	2.81	2.75	11.34	11.21	22.91	21.85	1	1
9	23.56	20.87	2.90	2.75	11.32	10.88	20.85	20.5	2	0
10	22.19	20.28	2.65	2.55	10.8	9.75	17.84	17.57	0	2
11	20.75	20.53	2.49	2.32	11.07	10.5	18.62	17.9	0	1
12	21.16	19.75	2.75	2.35	10.25	9.38	17.06	16.65	0	2
13	22.06	20.31	3.06	2.9	11.61	10.97	18.49	18.05	1	0
14	20.06	17.32	2.53	2.35	10.68	9.56	16.75	16.15	1	0
15	22.37	18.15	2.53	2.60	10.61	9.52	21	17.45	1	0
16	21.42	19.12	2.85	2.85	10.31	9.75	21.88	21.07	1	0

Fuente: Elaboración propia

Tabla 3. Resultado de los test salto horizontal sin impulso, precisión, flexibilidad, equilibrio y dominadas

Test	Salto Horizontal sin impulso		Precisión		Flexibilidad		Equilibrio		Dominadas	
	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final
1	1.57	1.59	2	3	-11	-5	1	1	27	35
2	1.64	1.62	2	4	-14	-6	2	1	23	31
3	1.22	1.25	2	2	-6	1	5	2	28	34
4	1.48	1.63	3	3	4	6	2	1	28	36
5	1.45	1.56	3	4	2	4	3	1	27	37
6	1.47	1.49	3	4	5	3	1	1	46	51
7	1.46	1.48	3	2	1	3	4	2	45	57
8	1.41	1.61	1	2	-3	0	3	3	21	29
9	1.44	1.27	2	3	-5	3	3	3	19	33
10	1.46	1.47	2	4	-18	-10	4	2	32	39
11	1.55	1.78	2	4	-6	-2	3	2	26	41
12	1.59	1.67	3	4	-12	-6	4	1	41	57
13	1.55	1.45	2	4	3	4	4	4	35	37
14	1.53	1.77	3	4	2	4	4	2	28	43
15	1.70	1.78	2	4	7	5	1	1	54	61
16	1.66	1.68	2	4	5	-4	2	0	46	57

Fuente: Elaboración propia

La tabla 2 muestra los resultados de 5 test realizados; en la prueba de agilidad con el test Illinois se muestra que el 93.25% de los participantes mejoraron su tiempo de ejecución, mientras tanto el 6.25%

mantuvo el nivel. La prueba de reacción de 10 metros muestra mejoría el 81.25%, mientras que el 6.25% se mantuvo en el mismo nivel y el 6.25% incremento su tiempo de respuesta. En la prueba de

slalom el 100% de los participantes obtuvieron las habilidades para realizar con menor tiempo la ejecución de la prueba. De igual manera en el test de conducción en 8 el 100% de los participantes mejoraron los tiempos de ejecución. El test de orientación muestra que el 81.25% de los sujetos mejoró la orientación, no así el 18.75% bajo su orientación obteniendo un resultado menos favorecedor que la prueba inicial.

La tabla 3 muestra los resultados de la prueba de fuerza con el test de salto horizontal sin impulso, el 81.25% de los sujetos mejoró su fuerza obteniendo mayor distancia en la prueba, el 18.75% obtuvo una distancia menor a la obtenida en la primera evaluación. En el test de precisión el 81.25% mejoró en su precisión de golpeo, el 12.5% obtuvo el mismo resultado y solo el 6.25% obtuvo un resultado menor que en la evaluación inicial. En el test de equilibrio flamenco el 68.75% mejoró su equilibrio en relación a la evaluación inicial, y el 31.75% obtuvo los mismos resultados. El test de dominio muestra que el 100% de los sujetos evaluados mejoraron en su control de balón.

Discusión

El objetivo del presente estudio fue conocer el nivel de desarrollo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas y su influencia en la técnica del regate en el fútbol infantil, con lo cual se pretende conocer el nivel de influencia en los futbolistas de la escuela de fútbol Tuzos Drilling. Citando a Weineck, 2005 menciona, que las capacidades físicas coordinativas son determinantes en el deporte, esto 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) para aprender los movimientos deportivos con relativa velocidad, en todos los deportes, gran parte de los gestos deportivos están regulados por la coordinación, en el fútbol presenta una gran importancia, debido a las numerosas acciones que desarrollan durante un partido entre ellas: pases, saltos, esprints, giros, remates, cambios de dirección agregando siempre la pelota, el oponente o compañero.

Es importante mencionar que las capacidades físicas coordinativas están ligadas al sistema nervioso central por lo cual es necesario su correcto desarrollo y tener en cuenta el nivel de desarrollo de las mismas según su edad, por eso la importancia de los test o evaluaciones de los futbolistas en edades infantiles, entre las capacidades físicas coordinativas las que toman especial relevancia en relación con el regate en el fútbol tenemos: agilidad, reacción, equilibrio, ritmo, orientación.

Citando a 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. Es por esto que el equilibrio juega un papel muy importante en el dominio de la técnica y cuanto antes se anima a los niños a mantener el equilibrio mejores condiciones físicas poseen para aprender determinadas técnicas de manera precisa.

Lorenzo (2002) define la capacidad un ritmo que viene dado desde el exterior, de reproducirlo en forma de movimientos.

Es decir la capacidad de dar un sustento rítmico a las acciones motrices (movimientos globales y parciales), de

organizar los compromisos musculares de contracción y decontracción según un orden cronológico. Forma parte de esta capacidad el saber adaptarse a un ritmo establecido o imprevistamente cambiado.

Lorenz (2002) demuestra que la capacidad de reacción se entiende como la forma 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. En el fútbol infantil 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).

Weineck (2005). Orientación 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. En el fútbol infantil se define, como la capacidad de orientación que tiene el niño 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.

Agilidad es la 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. Y es de las más importantes en el fútbol lo cual es muy importante para lograr el regate con eficiencia ya que sin una buena agilidad sería casi imposible tener una buena técnica de regate.

Conclusión

Cómo se menciona con anterioridad para tener una buena técnica es necesaria una buena coordinación, por eso la importancia de evaluar estas capacidades tomando en cuenta en todo momento su edad, para la elección de los test de evaluación, así como la programación de los entrenamientos y métodos de entrenamiento que empleamos y de esta manera obtener los resultados favorables como en este estudio se demostró.

De esta forma el docente o entrenador deportivo podrá diagnosticar y pronosticar los resultados de su planificación y de esta manera hacer las modificaciones pertinentes para mejorar el rendimiento de los futbolistas. Como menciona Bravo (1999), todos los métodos diseñados para la evaluación de las capacidades físicas del ser humano, permiten la cuantificación de manera integral, por área de aplicación y por parámetro, de los elementos requeridos para identificar la condición.

A partir de los resultados obtenidos podemos decir que es de suma importancia el reforzamiento de las capacidades físicas coordinativas (reacción, agilidad, equilibrio, orientación), de la misma manera las habilidades relacionadas con el regate (conducción, precisión, dominio de balón) sin dejar de lado las capacidades físicas condicionales (fuerza, flexibilidad).

En el test Illinois podemos valorar el grado de preparación de fuerza y velocidad las cuales conforman la agilidad de los jugadores, toda vez que ambas son muy importantes dentro del deporte y sobre todo en la capacidad del regate para realizar cambios de dirección a gran velocidad, capacidad fundamental para los regateadores, de esta manera la importancia de seleccionar el test para conocer el nivel de los jugadores.

El test de salto horizontal ayudo a conocer el nivel de fuerza en el que se encuentran y que tan importante era trabajar su desarrollo mediante actividades acordes a su edad y conociendo el nivel para evitar lesiones. La reacción es en esta etapa es imprescindible desarrollarla ya que en el regate es importante la toma de decisiones en segundos, con buena orientación teniendo en cuenta que el dominio de balón es una de las cualidades más importante de un buen regateador por eso la importancia de aplicar los test de conducción en 8, dominio de balón y salón para lograr eludir a los rivales en las

situaciones que se presentan durante los partidos, pero para poder tomar las decisiones es importante dotarlos de herramientas durante los entrenamientos para que al momento de que se presenten en un partido tener experiencias previas opciones e imaginar lo que podrán realizar.

Referencias

- Anselmi, J.C. & Borrelli, E. (2015). *Proceso formativo del futbolista infantil y juvenil hasta el fútbol profesional* .
- Arregui Eraña, J. A., & Martínez de Haro, V. (2001). *Estado actual de las investigaciones sobre la flexibilidad en la adolescencia*.
- Arteaga Guado, M. B. (2019). *Medición De La Técnica De Conducción En El Fútbol En Las Academias*.
- Benedek, E. (2006). *Fútbol infantil*. Editorial Paidotribo.
- Birger Peitersen (2007). *El ABC del entrenamiento juvenil*. Editorial Paidotribo.
- Caiza Sandoval, J. A., & Pijal Ortega, L. A. (2012). *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* (Bachelor's thesis).

- Calvachi Yáñez, M. E. (2015). *Estudio de las capacidades coordinativas del gesto deportivo en los niños de las escuelas de fútbol de Puenbo de las categorías formativas sub 10 y 11 en el año 2014-2015* (Bachelor's thesis, Quito: UCE).
- Carlos Amaya, M., & Espinosa Sánchez, M. (s.f.) El análisis de la conducción del balón en el fútbol soccer. *Estudios de Antropología Biológica*, 13(2).
- Chambergó Gonzales, R. G. (2019). Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 10 años del nivel primario.
- Del Pozo Mora, J. C. (2014). *Aplicación de las destrezas físicas y su influencia en el desarrollo de los fundamentos técnicos de fútbol en niños de 10 a 12 años de edad de la academia de deportes club blívar del canton guaranda provincia de bolívar* (Master's thesis).
- Delgado Campo, S. S., Sáenz, G. C., & Castán, J. C. R. (2007). Valoración de la influencia de la práctica del fútbol en la evolución de la fuerza, la flexibilidad y la velocidad en población infantil. *Apunts Educación Física y Deportes*, (87), 54-63.
- Delgado, L. (2015). *Diferencias en el rendimiento entre equipos exitosos y no exitosos durante las copas del mundo de fútbol de la fifa 2010 y 2014*". obtenido de <http://mobiroderic.uv.es/bitstream/handle/10550/51054/Tesis%20juan%20luis%20delgado.pdf?sequence=1&isAllowed=n>
- Márquez, D. D. (2006). Sobre el regate. *Training fútbol: Revista técnica profesional*, (124), 38-42.
- Medina, M. (2009). Metodología de entrenamiento de observadores para investigaciones sobre Educación Física y Deporte en las que se utilice como método la observación. *Dialnet*, 6.
- Miller, T. (2016). *Guía de pruebas y evaluaciones de la NSCA*. Paidotribo.
- Montiel, D. (s.f.). *"Apuntes de Técnica (Nivel 1)"*, acceso: 1998 – 2002 www.entrenadores.info
- Mosquera Valencia, H. A., & Ponce Chamorro, E. P. (2014). *Estudio de los fundamentos técnicos individuales del fútbol y su relación con las capacidades coordinativas en los niños de 8 a 12 años de la unidad educativa San Pedro Pascual de la ciudad de Quito en el año 2013*. (Bachelor's thesis).
- Obrador, E. M. S., & Sebastiani, E. M. (2000). *Cualidades físicas (Vol. 561)*. INDE.
- Opstoel, K., Pion, J., Elferink-Gemser, M., Hartman, E., Willemse, B., Philippaerts, R., Visscher, C., & Lenoir, M. (2015). Anthropometric characteristics, physical fitness

and motor coordination of 9- to 11-year-old children participating in a wide range of sports. *PloS one*, 10(5), e0126282. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0126282>

Peitersen, B. (2007). *Técnica del fútbol. El ABC del entrenamiento juvenil*. Editorial Paidotribo.

Schreiner, P. (2002). *Entrenamiento de la coordinación en el fútbol*. Editorial Paidotribo.

Tomalá Macías, V. C. (2018). *Juegos tradicionales como medio del desarrollo de la coordinación óculo-pédica en niños de 9 A 11 años* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil. Facultad de Educación Física Deporte y Recreación).

Triana, F. C., & Espitia, J. E. B. (2019). Confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes a cíclicos. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, 5(1), 51-66.