

**PROGRAMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA PARA LA ENSEÑANZA DE LOS
FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN CATEGORÍAS BENJAMINES
SPORTS INITIATION PROGRAM FOR TEACHING THE TECHNICAL
FUNDAMENTALS OF FOOTBALL IN THE BENJAMIN CATEGORIES**

Autores: ¹Patricio Fernando Analuisa Cañar, ²Romel Leonardo Quezada Vargas, ³Jhuliana Irlanda Luzuriaga Delgado, ⁴Anderson Franklin Castro Castro.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-4185-204X>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1805-9786>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-3409-2611>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-2552-3046>

¹E-mail de contacto: patricio.analuisa@unl.edu.ec

²E-mail de contacto: romel.quezada@unl.edu.ec

³E-mail de contacto: jhuliana.luzuriaga@unl.edu.ec

⁴E-mail de contacto: anderson.castro@unl.edu.ec

Afiliación: ^{1*2*3*4*}Universidad Nacional de Loja, (Ecuador).

Artículo recibido: 22 de Septiembre de 2025

Artículo revisado: 11 de Octubre de 2025

Artículo aprobado: 25 de Octubre de 2025

¹Licenciado en Ciencias de la Educación mención Cultura Física y Deportes; Maestrante de la maestría en Educación Física y Deporte, Universidad Nacional de Loja, (Ecuador), 8 años de experiencia laboral en la Unidad Educativa Particular La Porciúncula y en la Unidad Educativa Fiscomisional Santa Juana de Arco La Salle.

²Licenciado en Cultura Física Deportes y Recreación, Universidad Nacional de Loja, (Ecuador). Magíster en Educación Física y Entrenamiento Deportivo. Docente Universidad Nacional de Loja en la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

³Licenciada en Ciencias de la Educación, especialidad de Educación Física, experiencia laboral de 18 años, trabajo actualmente en la Unidad Educativa Fiscomisional la Inmaculada Loja.

⁴Tecnólogo en Análisis de Sistemas adquirido en el Instituto Tecnológico Superior Mariano Samaniego (Ecuador). Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Nacional de Loja (Ecuador); Maestrante de la maestría en Educación Física y Deporte, Universidad Nacional de Loja, (Ecuador).

Resumen

El estudio tuvo como objetivo implementar un programa de iniciación deportiva para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, para mejorar la enseñanza de los fundamentos técnicos de este deporte en niños de 8 a 10 años de la Unidad Educativa Fiscomisional “Santa Juana de Arco” La Salle, en Cariamanga. La investigación presenta un enfoque mixto, integrando métodos cualicuantitativos, mediante un diseño cuasi-experimental longitudinal con una duración de 6 semanas, y un alcance correlacional. lo cual se emplearon técnicas como observación directa y encuestas, utilizando instrumentos validados como fichas de observación y cuestionarios, por ello, la muestra estuvo conformada por 30 estudiantes, evaluándose

fundamentos como pase, recepción, conducción, remate, regate y cabeceo, de tal manera que los resultados evidenciaron mejoras significativas en la ejecución técnica, la postura corporal, la precisión y la toma de decisiones, especialmente en pase y recepción. Además, se observó un incremento en la motivación, el trabajo en equipo y la disciplina, destacando el valor formativo del programa para el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los participantes. Se concluye que la aplicación de programas estructurados y adaptados a la edad y nivel de los estudiantes favorece el rendimiento deportivo, fortalece valores y hábitos saludables, y potencia el aprendizaje integral en el ámbito deportivo y personal, confirmando que el fútbol es una herramienta

pedagógica eficaz para el desarrollo integral infantil.

Palabras clave: Iniciación deportiva, Fundamentos técnicos, Desarrollo integral, Trabajo en equipo, Aprendizaje significativo.

Abstract

The study aimed to implement a sports initiation program for teaching the technical fundamentals of soccer in under-10 categories, in order to improve the teaching of these fundamentals in children aged 8 to 10 years at the “Santa Juana de Arco” La Salle Fiscomisional Educational Unit in Cariamanga. The research presents a mixed approach, integrating qualitative and quantitative methods, through a longitudinal quasi-experimental design lasting 6 weeks, with a correlational scope. Techniques such as direct observation and surveys were used, employing validated instruments such as observation sheets and questionnaires. The sample consisted of 30 students, evaluating fundamentals such as passing, receiving, dribbling, shooting, dribbling maneuvers, and heading. The results showed significant improvements in technical execution, body posture, accuracy, and decision-making, especially in passing and receiving. In addition, there was an increase in motivation, teamwork, and discipline, highlighting the formative value of the program for the physical, cognitive, and socio-emotional development of the participants. It is concluded that the implementation of structured programs adapted to the age and level of students favors sports performance, strengthens values and healthy habits, and enhances comprehensive learning in both sports and personal contexts, confirming that soccer is an effective pedagogical tool for comprehensive child development.

Keywords: Sports initiation, Technical fundamentals, Comprehensive

development, Teamwork, Meaningful learning.

Sumário

O estudo teve como objetivo implementar um programa de iniciação esportiva para o ensino dos fundamentos técnicos do futebol em categorias benjamins, a fim de melhorar o ensino desses fundamentos em crianças de 8 a 10 anos da Unidade Educativa Fiscomisional “Santa Juana de Arco” La Salle, em Cariamanga. A pesquisa apresenta uma abordagem mista, integrando métodos qualitativos e quantitativos, por meio de um delineamento quase-experimental longitudinal com duração de 6 semanas e de alcance correlacional. Foram utilizadas técnicas como observação direta e questionários, empregando instrumentos validados, como fichas de observação e questionários. A amostra foi composta por 30 estudantes, avaliando fundamentos como passe, recepção, condução, finalização, drible e cabeceio. Os resultados evidenciaram melhorias significativas na execução técnica, postura corporal, precisão e tomada de decisão, especialmente no passe e na recepção. Além disso, observou-se um aumento na motivação, no trabalho em equipe e na disciplina, destacando o valor formativo do programa para o desenvolvimento físico, cognitivo e socioemocional dos participantes. Conclui-se que a aplicação de programas estruturados e adaptados à idade e ao nível dos estudantes favorece o desempenho esportivo, fortalece valores e hábitos saudáveis e potencializa a aprendizagem integral no âmbito esportivo e pessoal, confirmando que o futebol é uma ferramenta pedagógica eficaz para o desenvolvimento integral infantil.

Palavras-chave: Iniciação esportiva, Fundamentos técnicos, Desenvolvimento integral, Trabalho em equipe, Aprendizagem significativa.

Introducción

La enseñanza del fútbol en sus diferentes componentes teóricos, técnicos y tácticos describe la necesidad de incorporar programas de iniciación deportiva de calidad fundamentados en el desarrollo de capacidades, destrezas y habilidades motrices asociadas a la producción de competencias básicas como: caminar, correr, saltar y desplazarse correctamente con el único fin de formar integralmente a los deportistas. León y Aldas (2022) sostienen que un programa de iniciación deportiva es un proceso complejo y creativo que persigue la dedicación de los formadores para planificar sesiones de aprendizaje de acuerdo a los niveles y objetivos establecidos para cada etapa formativa del deportista en proceso. A nivel mundial, el fútbol se ha consolidado como el deporte más practicado y seguido, no solo por su carácter competitivo, sino por su capacidad para influir en el desarrollo social, emocional y físico de los niños desde edades tempranas, lo cual las organizaciones internacionales como la FIFA y UNICEF han resaltado la importancia de una iniciación deportiva adecuada que priorice la formación integral del niño, más allá del rendimiento o la competencia.

Por ello, en el contexto ecuatoriano, muchas escuelas formativas de fútbol no cumplen con los principios pedagógicos esenciales para una enseñanza adecuada, Arias et al. (2020) plantea que algunas priorizan intereses económicos por encima del proceso formativo del niño, descuidando metodologías que potencien el desarrollo psicomotriz, afectivo y cognitivo, esta

problemática evidencia la necesidad de implementar programas de iniciación deportiva estructurados, que permitan fortalecer las competencias técnicas y motrices en niños entre 8 y 10 años, dentro del marco de una enseñanza adaptada y creativa. Por esta razón, es necesario que los formadores deportivos realicen programas de iniciación deportiva mediante la aplicación de metodologías adecuadas que impliquen la enseñanza de los fundamentos técnicos de una forma creativa. Trabajar los fundamentos técnicos requiere necesariamente establecer un programa de iniciación deportiva que atienda a los intereses y necesidades de los niños en su formación integral desarrollando sus habilidades motrices básicas que influyen en la mejora de las capacidades físicas individuales y cooperativas en el desarrollo del juego, estos aspectos, asociados al conocimiento teórico y práctico de los fundamentos técnicos que persigue el fútbol.

El objetivo de la investigación es mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje del fútbol en edades tempranas mediante los siguientes aspectos: psicológico, técnico, motriz y físico que requieren fortalecer en el deportista actividades como: los gestos técnicos sin balón, carrera, cambio de dirección, salto, movimientos con el balón, recepción del balón con las diferentes partes del cuerpo, regates y la conducción del balón, situaciones que se orientan a fortalecer las capacidades recreativas de los estudiantes de 8 a 10 años durante el desarrollo de un partido de fútbol. La importancia del estudio radica en la revisión y aplicación de un programa de iniciación deportiva para mejorar los

fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines de niños de 8 a 10 años de edad, se presume que diversas escuelas deportivas han fracasado, debido a que no tienen un plan de entrenamiento dirigido a lo planificado y estructurado en función de las necesidades de los deportistas o estudiantes, lo cual a través de los indicadores de calidad y objetivos claros en función a los fundamentos técnicos utilizados permiten mejorar el desenvolvimiento del jugador en el escenario deportivo.

Muñoz et al. (2023) manifiestan que el trabajo adecuado de los fundamentos técnicos en el fútbol facilitará en los niños el dominio de movimientos coordinados y sincronizados con las capacidades de la motivación en la preparación individual, además, explican que la estructuración de una buena planificación es una herramienta clave que permite el perfeccionamiento de estrategias tácticas al momento de enseñar el dominio de cada una de las técnicas. La investigación es significativa e incorpora una propuesta innovadora basada en la adopción de un programa de iniciación deportiva para trabajar los fundamentos técnicos del fútbol, es accesible para docentes, estudiantes y la sociedad en general favoreciendo al conocimiento de nuevas alternativas de trabajo que persiguen la formación integral de los deportistas.

Sánchez et al. (2021) y Ossuna (2025) coinciden en que la iniciación deportiva es un proceso fundamental para el desarrollo integral de niños, niñas y jóvenes, ya que representa una estrategia educativa

estructurada que puede abordarse desde distintas perspectivas; por otro lado, Zubizarreta et al. (2024) y Magistro et al. (2023) mencionan su impacto en la autoconfianza y las habilidades cognitivas, que mejoran la atención y la memoria tras sesiones deportivas de cada individuo. La iniciación deportiva debe centrarse en el desarrollo integral del niño, priorizando un enfoque pedagógico, lúdico y adaptado a sus características evolutivas, lo cual Sánchez (2022) destaca la importancia de iniciar desde la niñez mediante actividades voluntarias, socializadoras y basadas en el juego, mientras que Bermeo & Calle (2022) refuerzan esta visión al señalar que los programas lúdicos en la educación física potencian significativamente la coordinación motriz y favorecen un aprendizaje motivador, donde el juego se convierte en el eje central del proceso formativo.

Según los autores Mendoza et al. (2020) y Uribe (2023) concuerdan en que los programas de iniciación deportiva cumplen una función educativa fundamental y deben ser diseñados de manera flexible y contextualizada, considerando las características, necesidades y objetivos de los participantes, lo cual estos programas, ya sean pedagógicos, recreativos o institucionales, ofrecen diversas modalidades de intervención que enriquecen la enseñanza de la Educación Física. Además, Chacón (2020) propone una clasificación según el contenido, el tiempo y el nivel de concreción, lo cual permite una planificación más efectiva en diferentes contextos, ya que promueve valores, habilidades motrices y

adaptación al entorno social y geográfico del practicante. Cancio y Calderín (2020) y Giménez (2020) resaltan que en las primeras etapas se debe priorizar el juego, el desarrollo de la motricidad básica y la exploración de múltiples deportes, con el fin de construir una base sólida de habilidades generales. A medida que avanza la edad y la madurez del deportista, el proceso se orienta gradualmente hacia la especialización, el perfeccionamiento técnico y el rendimiento específico en una disciplina. Por consiguiente, la iniciación deportiva se presenta como un componente esencial en la formación integral de niños y jóvenes, al aportar beneficios significativos en los ámbitos físico, social y emocional, lo cual Rojas et al. (2020) destacan que este proceso fortalece la coordinación, agilidad, equilibrio y movilidad, aumentando la reserva motriz y facilitando el aprendizaje técnico a través del entrenamiento multidisciplinario. A su vez, Almache (2023) resalta que la iniciación deportiva fomenta la socialización, la confianza en uno mismo, la perseverancia y el manejo del estrés, promoviendo un estilo de vida activo y saludable desde edades tempranas.

Rivera (2021) resalta la importancia de introducir los fundamentos técnicos desde el inicio del proceso formativo, ya que estos permiten desarrollar habilidades tanto individuales como colectivas. En esa misma línea, Bustinza & Oseda (2021) destacan que el aprendizaje técnico mejora mediante métodos activos e innovadores, como el juego, la observación y la imitación. Además, Rumeau et al. (2023) añaden que la

retroalimentación audiovisual optimiza la percepción táctica y la ejecución técnica, en cambio, Eraslan et al. (2025) demuestran que un programa de entrenamiento propiocepción mejora notablemente habilidades específicas del fútbol y parámetros físicos clave, lo cual todos los autores manifiestan que favorece el desarrollo progresivo de destrezas físicas, técnicas y tácticas, permitiendo mejorar la ejecución de habilidades como el pase, la conducción, el remate, la recepción, el regate y el cabeceo. De este modo, según plantean Montalvo (2020), Coque (2022) y Garces et al. (2022), el fútbol se posiciona no solo como el deporte más popular a nivel mundial, sino también como una herramienta educativa y formativa esencial en diversos contextos sociales y escolares, ya que su práctica favorece el desarrollo integral del individuo, abarcando aspectos físicos, emocionales, sociales y técnicos, mediante estrategias lúdicas y pedagógicas que promueven la inclusión, la participación activa y el crecimiento personal.

El fútbol ha trascendido su función inicial como deporte para convertirse en un fenómeno cultural, social y educativo de gran relevancia. Martínez (2021) expone que su historia moderna comienza formalmente en 1863 con la fundación de *The Football Association* y, posteriormente, con la creación de la FIFA, lo que permitió su expansión a nivel mundial. Además, resalta la importancia de la Copa Mundial iniciada en 1930 como el evento deportivo con mayor audiencia global. Por otro lado, Paz (2024) señala que la evolución del fútbol ha pasado por distintas etapas desde civilizaciones

antiguas hasta su reglamentación moderna, y destaca cómo, en la actualidad, este deporte ha adquirido un fuerte componente educativo y social, especialmente en contextos escolares y comunitarios, donde se promueve como una herramienta formativa, inclusiva y transformadora para el desarrollo integral de los individuos. El fútbol emerge como una estrategia educativa multifacética para el desarrollo integral de la infancia. Portos et al. (2023) destacan que su práctica temprana impulsa simultáneamente el crecimiento físico, emocional, social y cognitivo. En la misma línea, Amaguaña (2025) subraya que mediante un enfoque lúdico el fútbol mejora la coordinación, el equilibrio y la agilidad, favoreciendo el desarrollo motriz básico y promoviendo su inclusión en entornos escolares y García et al. (2021) afirman que el entrenamiento de fútbol mejora significativamente funciones cognitivas como la atención, el control inhibitorio y la memoria de trabajo en niños y adolescentes.

El fútbol base representa una etapa esencial en la formación integral de los niños y jóvenes, donde no solo se desarrollan habilidades técnicas, sino también valores y aspectos emocionales; en este contexto, Jiménez y Moreno (2023) subrayan la necesidad de ejercicios secuenciados y adecuados a la edad para fortalecer capacidades motrices básicas, mientras que Almeida et al. (2022) resaltan el rol pedagógico de entrenadores y familias, promoviendo programas estructurados que garanticen una experiencia formativa y sostenible. Los fundamentos técnicos del fútbol son claves para el desarrollo integral

del jugador. Ledesma (2025) resalta la importancia del control del balón como base para la coordinación y rendimiento; Gualotuña et al. (2024) destacan que la conducción mejora la autonomía mediante la coordinación motriz; Villalba et al. (2024) enfatizan que el pase fortalece la toma de decisiones tácticas; Chuquimarca (2022) señala que la recepción requiere percepción y equilibrio para un buen dominio; Miranda (2022) subraya que el remate exige precisión, postura y fuerza; Pacheco (2025) valora el regate como una acción creativa y decisiva; y Alvarado (2024) enfoca el cabeceo como una habilidad que mejora con ejercicios propioceptivos y control postural.

Materiales y Métodos

La investigación se realizó en la Unidad Educativa Fiscomisional “Santa Juana de Arco” La Salle en Cariamanga, Loja Ecuador; el establecimiento educativo cuenta con una cancha de fútbol no reglamentaria al cual tiene medidas de 45m de largo por 25m de ancho, con una superficie mixta (tierra y césped). El enfoque de la investigación es mixto refiriéndose en el análisis cuantitativo como cualitativo, lo que permitió obtener una comprensión más completa del fenómeno estudiado, lo cual el enfoque cuantitativo se empleó para medir el progreso técnico de los participantes a través de pruebas físicas y técnicas, mientras que el cualitativo se enfocó en interpretar las percepciones, experiencias y actitudes de los estudiantes. En cuanto al tipo de investigación es de carácter correlacional, permitió evaluar los cambios producidos por la intervención educativa en

los fundamentos técnicos del fútbol, y al mismo tiempo, exploró relaciones entre variables como edad, nivel inicial, y desarrollo de habilidades. El diseño fue cuasi-experimental, el cual permitió analizar la relación existente entre la aplicación de un programa de iniciación deportiva y el nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol, los métodos que se utilizaron en la investigación fueron: método deductivo: parte de principios generales o teorías previamente establecidas para llegar a conclusiones particulares sobre un fenómeno específico; método inductivo: se basó en la observación de hechos particulares para llegar a conclusiones generales.

Para la recolección de información se empleó técnicas como la observación directa y una encuesta contemplados con respuesta de opción múltiple, como instrumento ficha de observación y cuestionario, todos ellos ayudaron a recolectar información necesaria para el estudio de investigación. La población de 30 niños y niñas de 8 a 10 años de edad que cursan la educación general básica en la Unidad Educativa Fiscomisional “Santa Juana de Arco” La Salle de Cariamanga, cantón Calvas, provincia de Loja, durante el periodo lectivo 2025-2026. De la misma manera la muestra se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico intencional, permitiendo obtener datos para el presente estudio. El programa de entrenamiento técnico especializado se desarrolló a lo largo de seis semanas, con una frecuencia de tres sesiones semanales, realizadas los lunes, miércoles y viernes. Cada encuentro tuvo una duración de 75 minutos, organizados en tres

fases: calentamiento (15 minutos), práctica de ejercicios técnicos específicos (45 minutos) y una etapa de enfriamiento con retroalimentación (15 minutos). Las actividades incluyeron trabajos de golpeo, pase, conducción, regate y simulaciones tácticas, tanto de manera individual como en equipo, con el propósito de mejorar la fuerza, la velocidad, la resistencia y las habilidades técnicas de los participantes.

Semana 1

Días: lunes – miércoles – viernes.

- Calentamiento: Ejercicios.
- Juegos lúdicos.
- Actividades de la conducción de balón, zigzag con conos, pase y recepción de balón, control y ritmo con balón.
- Enfriamiento y retroalimentación.
- Duración total de 75 minutos.

Semana 2

Días: lunes – miércoles – viernes.

- Calentamiento: Ejercicios.
- Juegos lúdicos.
- Actividades del control y ritmo con balón, postura corporal y borde interno, conducción de balón en zona marcada en diferentes direcciones, slalom.
- Enfriamiento y retroalimentación.
- Duración total de 75 minutos.

Semana 3

Días: lunes – miércoles – viernes.

- Calentamiento: Ejercicios.
- Juegos lúdicos.
- Actividades de balón mano, conducción y control en ambos perfiles, dominio de balón, juego a dos toques, carrera de circuito, salto de vallas, zigzag, slalom.

- Duración total de 75 minutos.

Semana 4

Días: lunes – miércoles – viernes.

- Calentamiento: Ejercicios.
- Juegos lúdicos.
- Actividades de pase, recepción, pasar el balón y velocidad de reacción, squat jump, dominio y drills con balón aplicando la conducción, juegos a dos toques, juego todos tocan el balón.
- Duración total de 75 minutos

Semana 5

Días: lunes – miércoles – viernes.

- Calentamiento: Ejercicios.
- Juegos lúdicos.
- Actividades de dominio de balón aplicando el fundamento (control, conducción (finteo), resistencia con balón, tiro a portería, conducción ataque, skipping, toques con la planta del pie, balón en mano.
- Duración total de 75 minutos.

Semana 6

Días: lunes – miércoles – viernes.

- Calentamiento: Ejercicios.
- Juegos lúdicos.
- Actividades de conducción suave cabeza levantada y de balón al punto de salida, mini torneo, pase de pared (presión en defensa), pase tiro al arco, slalom con balón, conducción en zig-zag, pase preciso, skipping frontal, salto de vallas, slalom en bastones.
- Duración total de 75 minutos.

El análisis de datos se realizó con el software SPSS, ampliamente utilizado en

investigaciones por su capacidad para procesar información estadística. Primero, se aplicaron pruebas de normalidad para verificar el ajuste de los datos a una distribución normal. Luego, para medir la eficacia del programa, se empleó la prueba T de Student, comparando resultados antes y después de la intervención, lo cual se calcularon estadísticos descriptivos (mínimo, máximo, media y desviación estándar) a partir de encuestas a estudiantes y entrevistas al docente, por ello este proceso permitió identificar diferencias y tendencias, respaldando la validez y confiabilidad de los resultados.

Resultados y Discusión

Análisis descriptivos

La muestra estuvo compuesta por 30 niños, con una predominancia del sexo masculino (90%; 27) frente al femenino (10%; 3). La mayoría de los participantes tenían 9 años (43,3%; 13), seguido por 8 años (30%; 9), con una media de edad de 8,7 años ($\pm 0,884$). La experiencia previa en fútbol fue notable, ya que el 90% (27) de los niños había jugado antes, y el 70% (21) participaba en equipos escolares deportivos. Además, con referencia al conocimiento técnico, el 80% (24) sabía qué era un pase, el 76,7% (23) conocía el dominio del balón, y el 73,3% (22) identificaba cómo realizar un remate. Se observó una motivación alta, ya que el 73,3% (22) expresó que le gustaba mucho jugar fútbol, el 96,7% (29) deseaba mejorar sus habilidades con entrenamiento, y la totalidad consideró que aprender técnicas mejoraría su juego (tabla 1)

Tabla 1. *Distribución de frecuencia de variables sociodemográficas y de la encuesta.*

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
		N=30	(%)
P1.- Sexo			
	Femenino	3	10,0
	Masculino	27	90,0
P2.- Edad			
	7 años	3	10,0
	8 años	9	30,0
	9 años	13	43,3
	10 años	5	16,7
P3.- ¿Has jugado fútbol antes?			
	Si	27	90,0
	No	3	10,0
P4.- ¿Participas en algún equipo escuela deportiva?			
	Si	21	70,0
	No	9	30,0
P5.- ¿Sabes qué es el pase de fútbol?			
	Si	24	80,0
	No	6	20,0
P6.- ¿Sabes qué es el dominio del balón?			
	Si	23	76,7
	No	7	23,3
P7.- ¿Sabes cómo se realiza un remate al arco?			
	Si	22	73,3
	No	8	26,7
P8.- ¿Te gusta jugar fútbol?			
	Nada	4	13,3
	Poco	4	13,3
	Mucho	22	73,3
P9.- ¿Con qué frecuencia juegas fútbol?			
	Rara vez	0	0,0
	2 a 3 veces por semana	17	56,7
	Todos los días	13	43,3
P10.- ¿Te gustaría mejorar tus habilidades en el fútbol con un entrenamiento?			
	Si	29	96,7
	No	1	3,3
P11.- ¿Crees que aprender técnicas de fútbol puede ayudarte a mejorar en el juego?			
	Si	30	100,0
	No	0	0,0
P12.- ¿Te gustaría participar en un programa de entrenamiento de fútbol en tu escuela?			
	Si	28	93,3
	No	2	6,7

Fuente: elaboración propia

En el fundamento técnico Pases, en el pre test, la mayoría de los niños mostró un desempeño "Bueno" o "Regular" en la posición corporal durante el pase con porcentajes de evaluación del 60% (18) y 36,7% (11) respectivamente, mientras que en el post test, el 50% (15) alcanzó un nivel "Bueno" y el 33,3% (10) "Muy bueno", con un 16,7% (5) en "excelente". La ubicación del pie de apoyo mejoró significativamente, reduciéndose la categoría "regular" del

53,3% (16) al 6,7% (2) y aumentando "bueno" al 46,7% (14). La visión periférica también evidenció avances, con un 53,3% (16) en "bueno" post test frente al 30% (9) inicial. La ejecución del pase con el borde interno y la precisión mostraron progresos notables, con un 33,3% (10) y un 30% (18) en "excelente", respectivamente, categorías inexistentes en las evaluaciones realizadas en el pre test (tabla 2).

Tabla 2. *Distribución de frecuencia de los fundamentos de pases*

Variable	Categoría	Pre test		Post test	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
		N=30	(%)	N=30	(%)
I.- PASES					
	1.- Posición corporal durante el pase				
	Excelente	0	0,0	5	16,7
	Muy bueno	1	3,3	10	33,3
	Bueno	18	60,0	15	50,0
	Regular	11	36,7	0	0,0
	Malo	0	0,0	0	0,0
	2.- Ubicación correcta del pie de apoyo				
	Excelente	0	0,0	6	20,0
	Muy bueno	0	0,0	8	26,7
	Bueno	9	30,0	14	46,7
	Regular	16	53,3	2	6,7
	Malo	5	16,7	0	0,0
	3. Mantiene una visión periférica previamente para ver la trayectoria del pase				
	Excelente	0	0,0	1	3,3
	Muy bueno	0	0,0	9	30,0
	Bueno	9	30,0	16,0	53,3
	Regular	13	43,3	4,0	13,3
	Malo	8	26,7	0	0,0
	4. Ejecuta correctamente el pase con el borde interno				
	Excelente	0	0,0	10	33,3
	Muy bueno	1	3,3	11,0	36,7
	Bueno	12	40,0	7,0	23,3
	Regular	7	23,3	2,0	6,7
	Malo	10	33,3	0	0,0
	5. Precisión del pase				
	Excelente	0	0,0	9	30,0
	Muy bueno	0	0,0	15	50,0
	Bueno	11	36,7	6,0	20,0
	Regular	15	50,0	0	0,0
	Malo	4	13,3	0	0,0

Fuente: elaboración propia

En el mantenimiento de la postura corporal adecuada durante la recepción pasó de un 60% (18) en "bueno" pre test a un 53,3% (16) en "muy bueno" post test. La estabilidad mejoró, con un 50% (15) en "muy bueno" post test frente a ningún participante en esta categoría inicialmente en el pre test. La

precisión y control al receptar mostraron un 36,7% (11) en "muy bueno" post test, con ausencia de participantes en esta categoría en el pre test. Y, la acción posterior al pase mejoró, con un 50% (15) en "bueno" post test, frente a ningún participante en esta categoría en el pre test (tabla 3).

Tabla 3. Distribución de frecuencia de los fundamentos de recepción

Variable		Categoría	Pre test		Post test	
			Frecuencia N=30	Porcentaje (%)	Frecuencia N=30	Porcentaje (%)
II.- RECEPCIÓN						
	1. Mantiene una postura corporal adecuada durante el gesto técnico de recepción					
		Excelente	0	0,0	3	10,0
		Muy bueno	0	0,0	16	53,3
		Bueno	18	60,0	11,0	36,7
		Regular	12	40,0	0	0,0
		Malo	0	0,0	0	0,0
	2. Estabilidad durante la recepción					
		Excelente	0	0,0	6	20,0
		Muy bueno	0	0,0	15	50,0
		Bueno	14	46,7	7,0	23,3
		Regular	13	43,3	2,0	6,7
		Malo	3	10,0	0	0,0
	3. Precisión y control al recepcionar el pase					
		Excelente	0	0,0	6	20,0
		Muy bueno	0	0,0	11	36,7
		Bueno	10	33,3	13,0	43,3
		Regular	14	46,7	0	0,0
		Malo	6	20,0	0	0,0
	4. Acción y reacción para finalizar la siguiente acción del juego					
		Excelente	0	0,0	3	10,0
		Muy bueno	0	0,0	9	30,0
		Bueno	0	0,0	15	50,0
		Regular	18	60,0	3	10,0
		Malo	12	40,0	0	0,0

Fuente: elaboración propia

En el apartado de conducción la alineación corporal correcta en la conducción del balón registró un 46,7% (14) en "bueno" post test, frente al 13,3% (4) inicial. La visión periférica durante el control del balón mostró un 56,7% (17) en "bueno" post test, en

comparación con un 33,3% (19) en el pre test. La coordinación óculo-pedal y el dominio del balón mejoraron significativamente, con un 50% (15) en "Bueno" y un 50% (15) en "excelente" post test, respectivamente, lo que reflejó una mayor técnica y control (tabla 4).

Tabla 4. Distribución de frecuencia de los fundamentos de conducción

Variable		Categoría	Pre test		Post test	
			Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
			N=30	(%)	N=30	(%)
III. - CONDUCCIÓN						
		1. Elige una alineación corporal correcta en la conducción del balón				
		Excelente	0	0,0	6	20,0
		Muy bueno	0	0,0	10	33,3
		Bueno	4	13,3	14	46,7
		Regular	19	63,3	0	0,0
		Malo	7	23,3	0	0,0
		2. Conserva la mirada al frente y controla el balón con visión periférica				
		Excelente	0	0,0	3	10,0
		Muy bueno	0	0,0	8	26,7
		Bueno	10	33,3	17	56,7
		Regular	12	40,0	2	6,7
		Malo	8	26,7	0	0,0
		3. Realiza una serie de gestos técnicos suaves con el balón				
		Excelente	0	0,0	9	30,0
		Muy bueno	0	0,0	12	40,0
		Bueno	10	33,3	9	30,0
		Regular	14	46,7	0	0,0
		Malo	6	20,0	0	0,0
		4. Coordinación óculo-pedal				
		Excelente	0	0,0	4	13,3
		Muy bueno	0	0,0	10	33,3
		Bueno	14	46,7	15	50,0
		Regular	13	43,3	1	3,3
		Malo	3	10,0	0	0,0
		5. Domina y controla el balón todo el tiempo				
		Excelente	0	0,0	15	50,0
		Muy bueno	1	3,3	11	36,7
		Bueno	12	40,0	4	13,3
		Regular	12	40,0	0	0,0
		Malo	5	16,7	0	0,0

Fuente: elaboración propia

En el remate se observó que la dirección de aproximación al balón mejoró, con un 56,7% (17) en "bueno" post test, con un 26,7% (8) en el pre test. La posición corporal al ejecutar el tiro a portería mostró un 53,3% (16) en "bueno" post test, frente a un 26,7% (8) del pre test y, un 13,3% (4) en "Excelente" en el post test ante la ausencia de participantes en

esta categoría. En la ubicación correcta del pie de apoyo se alcanzó un 50% (15) en "Bueno" en el post test. La precisión y potencia del tiro o remate también evidenciaron avances, con un 40% (12) y un 53,3% (16) en "Bueno" post test, respectivamente (tabla 5).

Tabla 5. *Distribución de frecuencia de los fundamentos de remate*

Variable	Categoría	Pre test		Post test	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
		N=30	(%)	N=30	(%)
VI.- REMATE					
	1. Dirección correcta de aproximación al balón				
	Excelente	0	0,0	5	16,7
	Muy bueno	2	6,7	4	13,3
	Bueno	8	26,7	17	56,7
	Regular	17	56,7	4	13,3
	Malo	3	10,0	0	0,0
	2. Posición corporal al ejecutar el tiro a portería				
	Excelente	0	0,0	4	13,3
	Muy bueno	2	6,7	5	16,7
	Bueno	8	26,7	16	53,3
	Regular	19	63,3	5	16,7
	Malo	1	3,3	0	0,0
	3. Ubicación correcta del pie de apoyo				
	Excelente	0	0,0	7	23,3
	Muy bueno	3	10,0	5	16,7
	Bueno	4	13,3	15	50,0
	Regular	17	56,7	3	10,0
	Malo	6	20,0	0	0,0
	4. Patea el balón con precisión				
	Excelente	0	0,0	1	3,3
	Muy bueno	2	6,7	8	26,7
	Bueno	6	20,0	12	40,0
	Regular	15	50,0	9	30,0
	Malo	7	23,3	0	0,0
	5. Realiza tiro o remate de balón con potencia				
	Excelente	1	3,3	3	10,0
	Muy bueno	1	3,3	8	26,7
	Bueno	9	30,0	16	53,3
	Regular	12	40,0	3	10,0
	Malo	7	23,3	0	0,0

Fuente: elaboración propia

En la tabla 6 se observó un puntaje inicial (pre test) con una media de 42,8 ($\pm 10,039$),

con un mínimo y máximo de 24 y 60 respectivamente. Tras la intervención, el

puntaje final (post test) mostró una media de 68,9 ($\pm 12,271$), con un rango de 53 a 92. Este incremento promedio de 26,1 puntos en la media reflejó una mejora significativa en el desempeño técnico de los participantes, respaldando la efectividad del programa de iniciación deportiva (tabla 6).

Tabla 6. Estadísticas descriptivas

Variable	Estadísticos Descriptivos				
	Media	Mediana	Sd	Mínimo	Máximo
Edad					
	8,7	9	0,884	7	10
Puntaje Inicial - Pre test					
	42,8	41,5	10,039	24	60
Puntaje Final - Post test					
	68,9	65	12,271	53	92

Fuente: elaboración propia

Estadística Inferencial

Se llevó a cabo un análisis inferencial utilizando la prueba de Wilcoxon para 2 muestras emparejadas con el fin de comparar las medianas de las evaluaciones de los docentes y del autor. Las hipótesis planteadas fueron; nula (H_0): No existieron diferencias significativas entre las evaluaciones de los docentes y el autor, y alternativa (H_1): Existieron diferencias significativas entre las evaluaciones de ambos grupos. Se consideraron significativas las variables que presentaron un valor de $p < 0,05$. El nivel de confianza fue del 95%.

Contraste en el Pase

En el test de Wilcoxon se mostraron diferencias estadísticamente significativas (p

$< 0,005$) en todas las variables evaluadas en los fundamentos de pase. La posición corporal durante el pase mostró en la evaluación un incremento en la media de 2,7 ($\pm 0,55$) a 3,7 ($\pm 0,76$); la correcta posición del pie con un crecimiento en media de 2,1 ($\pm 0,68$) a 3,6 ($\pm 0,89$) en el post test; visión periférica de 2,0 ($\pm 0,94$) a 3,2 ($\pm 0,73$) en el post test; pase con el borde interno de 2,1 ($\pm 0,94$) a 4,0 ($\pm 0,93$) en el post test y precisión del pase de 2,2 ($\pm 0,68$) a 4,1 ($\pm 0,71$) después de la intervención. La ausencia de valores no significativos confirmó que todas las dimensiones del pase mejoraron de manera consistente tras la intervención (tabla 7).

Tabla 7. Estadísticas descriptivas y test de diferencias medias en 2 muestras emparejadas

Variable	Pre test			Post test			Estadístico de Prueba Wilcoxon	
	Media (±Sd)	Mediana	Min / Max	Media (±Sd)	Mediana	Min / Max	Z	p*
	I.- PASES							
	1.- Posición corporal durante el pase							
	2,7 (±0,55)	3	2 / 4	3,7 (±0,76)	3,5	3 / 5	- 4,02	0,001
	2.- Ubicación correcta del pie de apoyo							
	2,1 (±0,68)	2	1 / 3	3,6 (±0,89)	3	2 / 5	- 4,83	0,000
	3. Mantiene una visión periférica previamente para ver la trayectoria del pase							
	2,0 (±0,76)	2	1 / 3	3,2 (±0,73)	3	2 / 5	- 4,61	0,000
	4. Ejecuta correctamente el pase con el borde interno							
	2,1 (±0,94)	2	1 / 4	4,0 (±0,93)	4	2 / 5	- 4,79	0,000
	5. Precisión del pase							
	2,2 (±0,68)	2	1 / 3	4,1 (±0,71)	4	3 / 5	- 4,81	0,000

Fuente: elaboración propia

En la recepción, todas las variables mostraron diferencias estadísticas significativas ($p <$

0,05). La postura corporal adecuada durante la recepción aumentó de una media de 2,6 ($\pm 0,50$) a 3,7 ($\pm 0,64$), mientras que la estabilidad durante la recepción creció de un promedio de 2,4 ($\pm 0,73$) a 3,8 ($\pm 0,83$) en el post test. La acción y reacción posterior al

pase, inicialmente la variable con menor desempeño (media = 1,6 $\pm 0,50$), alcanzó una media de 3,4 ($\pm 0,81$), lo que demostró una mejora integral en la capacidad de los participantes para integrarse al juego tras la recepción (tabla 8).

Tabla 8. Estadísticas descriptivas y test de diferencias medias en 2 muestras emparejadas

Variable		Pre test			Post test			Estadístico de Prueba Wilcoxon	
		Media (±Sd)	Median a	Min/Max	Media (±Sd)	Media na	Min/Max	Z	p*
II.- RECEPCIÓN									
	1. Mantiene una postura corporal adecuada durante el gesto técnico de recepción								
	2,6 (±0,50)	3	2 / 3	3,7 (±0,64)	4	3 / 5	-4,32	0,0000	
	2. Estabilidad durante la recepción								
	2,4 (±0,67)	2	1 / 3	3,8 (±0,83)	4	2 / 5	-4,46	0,0000	
	3. Precisión y control al receptor el pase								
	2,1 (±0,73)	2	1 / 3	3,8 (±0,77)	4	3 / 5	-4,80	0,0000	
	4. Acción y reacción para finalizar la siguiente acción del juego								
	1,6 (±0,50)	2	1 / 2	3,4 (±0,81)	3	2 / 5	-4,76	0,0000	

Fuente: Elaboración propia

En la conducción del balón se observaron mejoras estadísticamente significativas ($p < 0,05$). La alineación corporal correcta pasó de 2,9 ($\pm 0,61$) a 3,7 ($\pm 0,78$) en el post test, y el control del balón con visión periférica mostró un incremento de 2,1 ($\pm 0,78$) a 3,4 ($\pm 0,77$).

La ejecución de gestos técnicos suaves de 2,1 ($\pm 0,73$) a 4,0 ($\pm 0,79$) y la coordinación óculo-pedal de 2,4 ($\pm 0,67$) a 3,6 ($\pm 0,77$). Al mismo tiempo, el dominio y control del balón fue donde se registró la mejora más notable, con una media post test de 4,4 ($\pm 0,72$) frente a 2,3 ($\pm 0,79$) inicialmente (tabla 9).

Tabla 9. Estadísticas descriptivas y test de diferencias medias en 2 muestras emparejadas

Variable	Pre test			Post test			Estadístico de Prueba Wilcoxon	
	Media (±Sd)	Mediana	Min/ Max	Media (±Sd)	Mediana	Min/ Max	Z	p*
III.- CONDUCCIÓN								
	1. Elige una alineación corporal correcta en la conducción del balón							
	2,9 (±0,61)	3	2 / 4	3,7 (±0,78)	4	3 / 5	-3,87	0,0001
	2. Conserva la mirada al frente y controla el balón con visión periférica							
	2,1 (±0,78)	2	1 / 3	3,4 (±0,77)	3	2 / 5	-4,47	0,0000
	3. Realiza una serie de gestos técnicos suaves con el balón							
	2,1 (±0,73)	2	1 / 3	4,0 (±0,79)	4	3 / 5	-4,68	0,0000
	4. Coordinación óculo-pedal							
	2,4 (±0,67)	2	1 / 3	3,6 (±0,77)	3	2 / 5	-4,61	0,0000
	5. Domina y controla el balón todo el tiempo							
	2,3 (±0,79)	2	1 / 4	4,4 (±0,72)	4,5	3 / 5	-4,77	0,0000

Fuente: elaboración propia

En el remate, todas las variables resultaron estadísticamente significativas ($p < 0,05$), aunque con variaciones en la magnitud del efecto. La dirección de aproximación al balón paso de 2,3 ($\pm 0,75$) a 3,3 ($\pm 0,93$) en el post test, la posición corporal al tirar de 2,4 ($\pm 0,67$) a 3,3 ($\pm 0,91$), la ubicación del pie de apoyo de 2,1 ($\pm 0,86$) a 3,0 ($\pm 0,85$) en el post test y la potencia del remate que al inicio

registro una media de 2,2 ($\pm 0,97$) a 4,3 ($\pm 0,81$) después de la intervención. La precisión del remate, aunque significativa ($p < 0,05$), tuvo un mejoramiento ligeramente menor para finalizar con una media de 3,0 ($\pm 0,85$), lo que sugirió que este aspecto podría requerir mayor atención en futuras intervenciones (tabla 10).

Tabla 10. Estadísticas descriptivas y test de diferencias medias en 2 muestras emparejadas

Variable		Pre test			Post test			Estadístico de Prueba Wilcoxon	
		Media (±Sd)	Mediana	Min/ Max	Media (±Sd)	Mediana	Min/ Max	Z	p*
VI.- REMATE									
	1. Dirección correcta de aproximación al balón								
		2,3 (±0,75)	2	1 / 4	3,3 (±0,92)	3	2 / 5	-4,15	0,0000
	2. Posición corporal al ejecutar el tiro a portería								
		2,4 (±0,67)	2	1 / 4	3,3 (±0,91)	3	2 / 5	-3,87	0,0001
	3. Ubicación correcta del pie de apoyo								
		2,1 (±0,86)	2	1 / 4	3,5 (±0,97)	3	2 / 5	-4,28	0,0000
	4. Patea el balón con precisión								
		2,1 (±0,84)	2	1 / 4	3,0 (±0,85)	3	2 / 5	-3,51	0,0004
	5. Realiza tiro o remate de balón con potencia								
		2,2 (±0,97)	2	1 / 5	3,4 (±0,81)	3	2 / 5	-3,62	0,0003

Fuente: elaboración propia

El análisis del puntaje total pre y post test se confirmó la efectividad en general del programa, con un incremento en la media de 42,8 ($\pm 10,04$) a 68,9 ($\pm 12,27$) ($Z = -4,78$; $p <$

0,05). La consistencia en los resultados de todas las tablas, sin excepción, respaldó la hipótesis de que el programa generó mejoras significativas en todos los fundamentos técnicos evaluados (tabla 11).

Tabla 11. Estadísticas descriptivas y test de diferencias medias en 2 muestras emparejadas

Variable	Pre test			Post test			Estadístico de Prueba Wilcoxon	
	Media ($\pm$ Sd)	Mediana	Min/ Max	Media ($\pm$ Sd)	Mediana	Min/ Max	Z	p*
PUNTAJE TOTAL								
Evaluacion								
	42,8 ($\pm 10,04$)	41,5	24 / 60	68,9 ($\pm 12,27$)	65	53 / 92	-4,78	0,0000

Fuente: Elaboración propia

El fútbol en categorías benjamines representa una etapa clave para la adquisición de habilidades técnicas y motrices que servirán como base para el desarrollo deportivo futuro, lo cual a través de la enseñanza

permite que los fundamentos técnicos requieran una planificación cuidadosa que combine principios pedagógicos, métodos de enseñanza adaptados y un componente lúdico que motive a los jugadores a participar de forma activa. Además, es importante que el

diseño, aplicación y evaluación de un programa de iniciación deportiva tiene como propósito mejorar el rendimiento técnico, promover valores formativos, trabajo en equipo y hábitos de vida saludable de cada participante. Denominado Programa de iniciación deportiva para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, se llevó a cabo en la Unidad Educativa Fiscomisional “Santa Juana de Arco” La Salle, para lo cual, se estableció el siguiente objetivo general: Implementar un Programa de iniciación deportiva para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, con esta finalidad, se han planteado tres objetivos específicos, que permiten fundamentar el contraste de la información de los resultados y la bibliografía consultada. Para dar respuesta al primer objetivo específico, se planteó: Diseñar un programa de iniciación deportiva para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, se elaboró una propuesta estructurada sobre principios metodológicos que responden a las necesidades de los niños de 8 a 10 años, lo cual este diseño consto de actividades progresivas para trabajar fundamentos como el control, el pase, la conducción y el tiro, integrando además habilidades motrices generales como la coordinación y el equilibrio.

Por ende, es importante mencionar que la propuesta incorporó un enfoque mixto, combinando el método analítico para perfeccionar gestos técnicos específicos con el método global que permite situar a los jugadores en contextos reales de juego,

siguiendo lo planteado por Méndez y Sánchez (2021) respecto a la transferencia efectiva del aprendizaje, por ello, se aseguró que cada sesión contara con un componente lúdico significativo para mantener la motivación intrínseca de cada participante en el programa de iniciación deportiva. Asimismo, este programa busca ser flexible y adaptable a las características del grupo intervenido, priorizando la diversidad de estímulos y la progresión de la dificultad, por lo cual la coherencia entre el contenido y las necesidades detectadas fue un elemento clave en su diseño. De tal manera que, Cubas y Delgado (2021) destacan que la inclusión de actividades lúdicas y adaptadas al contexto favorece la motivación y la adherencia al entrenamiento, elementos esenciales en categorías iniciales como el benjamín. No obstante, el éxito de este tipo de propuestas depende en gran medida de la correcta implementación por parte del entrenador, lo que demanda formación pedagógica y capacidad para ajustar las tareas en función del rendimiento y la respuesta de los jugadores. Por otro lado, Gómez y Mendoza (2020) mencionan que el diseño de un programa de formación en fútbol base debe contemplar una secuenciación lógica de contenidos y un equilibrio entre el desarrollo técnico, táctico y motriz, considerando la etapa evolutiva del jugador para garantizar una progresión adecuada del aprendizaje, lo cual permite establecer una base sólida para trabajar de manera integral los fundamentos técnicos en categorías benjamines, evidenciando la importancia de mantener un proceso de retroalimentación continua para

mejorar el diseño en función de los resultados obtenidos en la práctica.

Respecto, al segundo objetivo específico que consistió en: aplicar el programa de iniciación deportiva para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, lo cual la puesta en marcha del plan permitió observar cómo las actividades planificadas se desarrollaban en un entorno real de entrenamiento, debido a que los niños mostraron progresos notables en la coordinación de movimientos, la precisión en el pase y el control del balón, permitiendo que la constancia de la práctica y la variabilidad de tareas estimulan mejoras técnicas y motrices sostenidas en el tiempo, lo cual evidencia que su aplicación permite ir a cada ritmo que tiene cada estudiante, obteniendo una buena coordinación motora. Así mismo, un aspecto relevante durante la aplicación fue el uso de dinámicas lúdicas dentro de las sesiones, las cuales favorecieron no solo el aprendizaje técnico, sino también la socialización y la cooperación entre los jugadores, ya que la alta participación y motivación observadas reflejan la efectividad de integrar el juego como herramienta pedagógica, lo cual facilitó que los niños enfrentaran tareas de mayor complejidad con disposición y confianza, lo que repercutió positivamente en su rendimiento.

Sin embargo, durante la implementación también surgieron desafíos, como la necesidad de ajustar la duración de ciertas actividades para evitar la fatiga prematura o mantener la participación equitativa, debido a que estos ajustes ponen de manifiesto que la

aplicación de un programa requiere de una gestión flexible y de la capacidad del entrenador para adaptar las condiciones de trabajo en función del grupo, garantizando que todos los niños se beneficien por igual del proceso formativo. Por último, el tercer objetivo específico fue: Evaluar el programa de iniciación deportiva para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, para lo cual, una vez ejecutada la propuesta educativa, se procede a realizar el post test aplicado, antes a los estudiantes, lo cual permitió medir el impacto de la intervención a través de pruebas técnicas y observación directa de los fundamentos técnicos del fútbol. A partir de los resultados obtenidos se evidenciaron mejoras significativas en la ejecución de los fundamentos básicos, con incrementos notables en la precisión de los pases, la conducción en espacios reducidos y la eficacia de los tiros a portería, esto coincide con lo señalado por Delgado y Pacheco (2022), quienes afirman que los programas bien estructurados pueden generar progresos visibles en periodos cortos de trabajo.

Por ello, el análisis comparativo entre las mediciones iniciales y finales mostró que, además del rendimiento técnico, los jugadores desarrollaron mayor confianza y disposición para aplicar lo aprendido en situaciones reales de juego, lo cual, a metodología utilizada por el entrenador, que incluyó ejercicios contextualizados, favoreció la transferencia de las habilidades a contextos más competitivos, consolidando el aprendizaje adquirido. Sin embargo, la evaluación también permitió identificar áreas

que requieren reforzamiento, como la recepción y el control orientado bajo presión, así como la mejora en la toma de decisiones rápidas. Finalmente, la aplicación del programa de iniciación deportiva demostró ser efectiva para potenciar los fundamentos técnicos del fútbol en categorías benjamines, logrando mejoras significativas en el control, el pase, la conducción y el tiro, así como en la coordinación y la seguridad motriz de los jugadores, ya que la combinación de métodos analíticos y globales, junto con actividades lúdicas adaptadas a la edad, favoreció un aprendizaje progresivo y motivador, evidenciando que una planificación estructurada y contextualizada puede generar un impacto positivo en el rendimiento y en la formación integral de los niños, debido a que abordar un trabajo más especializado en cada estudiantes y permiten mejor su coordinación motriz, técnico y táctico.

Conclusiones

El programa de iniciación deportiva implementado en la categoría benjamín demostró ser una estrategia efectiva para el fortalecimiento de los fundamentos técnicos en el fútbol, contribuyendo de manera significativa al desarrollo integral de los niños participantes, ya que la propuesta metodológica estuvo cuidadosamente diseñada para adaptarse a las características físicas, cognitivas y socioemocionales de los estudiantes de 8 a 10 años, integrando progresiones técnicas graduadas y actividades lúdicas que permitieron un aprendizaje más motivador, activo y participativo, lo cual esta combinación de elementos permitió garantizar un equilibrio

entre el trabajo técnico, la formación motriz y el fomento de valores como la cooperación, el respeto y la disciplina, fundamentales en el proceso formativo. La alta aceptación por parte de los deportistas y su activa participación reflejan que el programa no solo mejoró sus destrezas individuales, sino que también favoreció la cohesión del grupo y el sentido de pertenencia al equipo, ya que las mejoras observadas en el control, pase, recepción, conducción y remate confirman que la planificación sistemática, la variedad de tareas y la adaptación a los diferentes ritmos de aprendizaje generan avances homogéneos y sostenibles en el tiempo. Asimismo, la experiencia permitió identificar áreas de oportunidad para perfeccionar el programa, como el fortalecimiento de la precisión en el remate, la capacidad de responder bajo presión y la toma de decisiones en situaciones reales de juego, lo cual estos aspectos, al ser abordados en futuras intervenciones, podrán optimizar aún más el rendimiento técnico y táctico de los jugadores. Finalmente, los resultados reafirman que la iniciación deportiva, cuando es planificada y adaptada a la edad de los participantes, se constituye en una herramienta pedagógica integral que potencia no solo el rendimiento deportivo, sino también el crecimiento personal y social de los niños, sentando bases sólidas para su desarrollo presente y futuro en el ámbito futbolístico y formativo.

Referencias Bibliográficas

Almache, M. (2023). *Importancia y beneficios de la iniciación deportiva*. SCRIBD.

- <https://es.scribd.com/document/72272059/4/importancia-y-beneficios-de-la-iniciacion-deportiva-1>
- Almeida, A., Arguinagal, F., & Betancor, M. (2022). *Un análisis desde la pedagogía y la psicología*. Ediciones Octaedro. <https://books.google.com.ec/books?id=sbF1EAAAQBAJ>
- Alvarado, D. (2024). *Ejercicios propioceptivos para la enseñanza del cabeceo en el fútbol formativo* [Tesis de licenciatura, Universidad de Guayaquil]. Repositorio UG. <https://repositorio.ug.edu.ec/items/016b6ff0-69cb-49e3-aef0-0243588aae1a>
- Amaguaña Casa, J. I. (2025). El fútbol y el desarrollo de habilidades motrices básicas en la infancia: Revisión sistemática. *Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 4(10), 601–619. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i10.8920>
- Arias, J., Meroño, L., & Calderón, A. (2020). *Fundamentos pedagógicos de la enseñanza del deporte*. Repositorio Institucional UCAM. <https://repositorio.ucam.edu/handle/10952/9580>
- Bermeo, A., & Calle, A. (2022). *Implementación de un programa lúdico para el desarrollo de la coordinación motriz en las clases de educación física en niños/as de 6 a 10 años* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/da8dcaa0-fdfa-4591-a272-d75e6315e919/content>
- Bustanza, P., & Oseda, D. (s.f.). Habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos del fútbol en niños de instituciones educativas de primaria, Puno. *Ciencia Latina*, 5(4), 3895–3912. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i4.592
- Camata, T., Hunter, A., Smith, N., Crowther, M., Santiago, P., & Wilson, R. (2025). Uso de medidas de habilidad técnica corregidas por edad y tamaño para evaluar mejor el rendimiento de los jugadores de fútbol jóvenes. *Applied Sciences*, 15(9), 4658. <https://doi.org/10.3390/app15094658>
- Cancio, R., & Calderín, O. (2020). Consideraciones a tener en cuenta para la iniciación deportiva. *Revista Digital Buenos Aires*, 14(141). <https://www.efdeportes.com/efd141/consideraciones-para-la-iniciacion-deportiva.htm>
- Carlsson, T., Broman, J., Isberg, J., & Carlsson, M. (2025). Entrenamiento de pases vs. juegos en espacios reducidos para mejorar la precisión de los pases laterales entre jugadoras jóvenes de fútbol. *Fronteras de la Educación*, 7, 1506563. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1506563>
- Chacón, F. (2020). *Tipos, principios y fases de la programación deportiva*. Edea. <https://edea.juntadeandalucia.es/bancorecursos/file/8d9e89f0-cf96-47a3-9198-be1127246003>
- Chuquimarca, I., Sumba, C., & Coral E. (2022). Análisis biomecánico comparativo de recepción a media altura entre jugadores profesionales y amateurs de fútbol. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), 490–500. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8843311>
- Coque, A. (2022). *Gestión del deporte formativo en la organización de los fundamentos técnicos del fútbol categoría Sub-12 de FEDEPROBAT* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/c>

- [ore/bitstreams/b37d62eb-d0a5-4f5f-a0a7-81d4c35511cc/content](https://doi.org/10.3390/medicina61020252)
- Eraslan, M., Cenk Gürkan, A., Aydin, S., Şahin, M., Altuğ, T., & Alper Mülhim, M. (2025). Efecto del entrenamiento propioceptivo en las habilidades técnicas en el fútbol profesional juvenil. *Journal of Sports Sciences and Medicine*, 61(2), 252. <https://doi.org/10.3390/medicina61020252>
- Garces, J., Perez, G., & Espinales, J. (2022). The practice of soccer for the adequate use of free time in adolescents. *Revista Olimpica*, 19(1), 234–249. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2956/6163>
- García, J., Feu, S., & Ibañez, J. (2024). Efectos del entrenamiento de fútbol sobre el rendimiento cognitivo en niños y adolescentes: Una revisión metaanalítica. *Fronteras de Psicología*, 15(4). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1449612>
- Giménez, F. (2020). Iniciación deportiva. *Revista Digital EFDeportes*, 8(54). <https://www.efdeportes.com/efd54/inicd2.htm>
- Gualotuña Begay, B. A., Landeta Caiza, A. F., Cruz Loachamín, J. A., & Sánchez Quinatoa, S. R. (2024). Análisis de la influencia de la coordinación en la conducción del balón en el fútbol: Revisión sistemática. *Revista Interdisciplinaria de Educación, Salud, Actividad Física y Deporte*, 1(3), 17–37. <https://doi.org/10.35381/cm.v10i18.1246>
- Jiménez, A., & Moreno, B. (2023). *El fútbol como recurso pedagógico para la iniciación deportiva en niños de 8 a 9 años* [Tesis de licenciatura, Universidad de Guayaquil]. <https://repositorio.ug.edu.ec/items/a44ac9d2-a210-4c73-b66c-fdc5aaa3dd52>
- Ledesma, A. (2025). *Dominio del balón de fútbol y la coordinación óculo-pedal en estudiantes de básica media* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/b46128dd-da7f-4aa9-b7d3-6882c107e710/content>
- León, E., & Aldas, H. (2022). Enseñanza del fútbol basada en una planificación integral para la iniciación deportiva. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 7(2), 351–372. <https://doi.org/10.35381/r.k.v7i2.1948>
- Luliano, E., Bonavolontà, V., Ferrari, D., Bragazzi, N., Capasso, B., Kuvačić, G., & Giorgio, A. (2023). La toma de decisiones en el regate: Un estudio de análisis de vídeo sobre las habilidades de los jugadores de fútbol Sub-10 y la evaluación de la calidad de los entrenadores. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1200208>
- Magistro, D., Cooper, S., Boat, R., Carlevaro, F., Magno, F., Castagno, C., et al. (2023). Una sesión de fútbol después de la escuela mejora transitoriamente la función cognitiva en los niños. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 164. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010164>
- Martínez, J. (2021). *Historia del fútbol en resumen: Origen, torneos y reglas FIFA*. Competize. <https://www.competize.com/blog/historia-futbol-resumen-origen-torneos-reglas/>
- Mendoza, D., Umaña, Y., & Villanueva, L. (2020). *Propuesta de iniciación deportiva en base a juegos motrices* [Tesis de licenciatura, Universidad de Concepción]. <https://repositorio.udec.cl/server/api/core/bitstreams/54d8fc4b-45e1-462c-8252-03ab5226e078/content>

- Miranda Bartra, E. V. (2022). *Estudio del remate en jugadores de fútbol categoría 2010, Piura* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/96198/Miranda_BE_V-SD.pdf
- Montalvo, E. (2020). *Categorías de fútbol por edades, divisiones y temporadas*. Competize. <https://www.competize.com/blog/categorias-futbol-edades-divisiones-temporadas/>
- Muñoz, L, Vargas, G. & Ávila, C. (2023). Incidencia de la coordinación en los fundamentos técnicos del fútbol en la categoría Sub-10. *Revista Explorador Digital*, 7(2), 6–25. <https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v7i2.2548>
- Ossuna, A. (2025). *Iniciación deportiva a través de la metodología comprensiva en el fútbol sala* [Tesis de maestría, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/75204>
- Pacheco, F. (2025). *El dribling del fútbol y la rapidez de movimiento en jóvenes* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/15429>
- Paz, J. (2024). *¿Cuál es la historia y la evolución del fútbol?* eDeporte. <https://www.eedeporte.com/historia-evolucion-del-futbol/>
- Portos, R., Miranda, F., Velázquez, M., & Velázquez, L. (2023). Factores que generan violencia en el fútbol infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 1493–1501. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.699>
- Rivera, R. (2021). Los fundamentos técnicos del fútbol como proceso de enseñanza-aprendizaje. *Polo del Conocimiento*, 6(10). <https://doi.org/10.23857/pc.v6i10.3225>
- Rojas, R., Morales, D., Rendón, A., Perlaza A. León, L., Izurieta, D., & Ruiz, C. (2020). Iniciación, etapas de desarrollo y preparación física en la natación y sus beneficios en el campo deportivo. *Grupo Compás*. https://www.researchgate.net/publication/343360550_Iniciacion_etapas_de_desarrollo_y_preparacion_fisica_en_la_natacion
- Rumeau, V., Grospretre, S., & Babault, N. (2023). La mejora del rendimiento posterior a la activación y la imaginación motora son eficaces para enfatizar los efectos de un calentamiento estandarizado en el rendimiento en carreras de velocidad. *Sports*, 11(5), 108. <https://doi.org/10.3390/sports11050108>
- Sánchez, H., Sánchez, A., & Bautista, A. (2021). Procedimiento metodológico para la determinación de las invariantes de habilidades motrices del salto de longitud en la iniciación deportiva. *Ciencia en su PC*, 16(1). <http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522021000100275>
- Sánchez, J. (2022). *Iniciación deportiva*. Lifeder. <https://www.lifeder.com/iniciacion-deportiva/>
- Sorensen, A., Dalen, T., & Lagestad, P. (2024). Efectos de una intervención de entrenamiento de fútbol a corto plazo en el rendimiento de habilidades en jugadores jóvenes: Un estudio aleatorizado. *Sports*, 12(12), 345. <https://doi.org/10.3390/sports12120345>
- Trecroci, A., Cavaggioni, L., Rossi, A., Moriondo, A., Merati, G., Nobari, H., et al. (2022). Efectos de un programa de entrenamiento de velocidad, agilidad y

rapidez sobre el rendimiento cognitivo y físico en futbolistas preadolescentes. *PLOS ONE*, 17(11), e0277683. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277683>

Uribe Pareja, I. (2023). *Centros de iniciación y formación deportiva: Un proyecto pedagógico* [Tesis de maestría, Universidad Técnica del Norte].

Villalba, C., Guerra, Y., Luciano, R. A., & Arosemena, K. (2024). Fundamentos técnicos del fútbol para el desarrollo motor en estudiantes de primaria. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 10(18), 133–150.

<https://doi.org/10.35381/cm.v10i18.1246>

Zubizarreta, E., Ortuondo, J., Usabiaga, O., & Martínez Merino, N. (2024). Relevancia y calidad del programa de deporte extraescolar juvenil guipuzcoano: Una evaluación desde una perspectiva de desarrollo juvenil positivo. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1404110>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Patricio Fernando Analuisa Cañar, Romel Leonardo Quezada Vargas, Jhuliana Irlanda Luzuriaga Delgado, Anderson Franklin Castro Castro.

