

LA DANZA COMO MEDIO POTENCIADOR DEL DESARROLLO MOTRIZ  
DEL NIÑO EN SU PROCESO DE FORMACIÓN DEPORTIVA  
EN LAS ESCUELAS DE FÚTBOL

POR

JOSÉ ALBERTO PIEDRAHITA VÁSQUEZ

ASESORA:  
NORA ELENA LÓPEZ LÓPEZ

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA  
INSTITUTO UNIVERSITARIO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
ESPECIALIZACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA: ENTRENAMIENTO DEPORTIVO  
MEDELLÍN - COLOMBIA  
2008

## Dedicatoria

A toda mi familia quien es mi inspiración en esa búsqueda constante por superarme

## Agradecimientos

A mis profesores, muy especialmente a mi asesora de monografía por su dedicación y paciencia.

## **CONTENIDO**

### *INTRODUCCIÓN*

- 1 *EL VALOR FORMATIVO DE LA DANZA*
- 2 *CARACTERÍSTICAS DEL FÚTBOL*
- 3 *RELACIÓN ENTRE DANZA Y FÚTBOL*
- 4 *EL DESARROLLO MOTRIZ COMO BASE PARA EL DESARROLLO DE LA TÉCNICA ESPECIFICA DEL FUTBOLISTA*
- 5 *ESTIMULAR EL POTENCIAL MOTRIZ DEL NIÑO ANTES QUE COMPETIR*
- 6 *LA MOTRICIDAD DEL NIÑO EN EDAD ESCOLAR*
  - 6.1 *EL NIÑO A LOS 6 AÑOS DE EDAD*
  - 6.2 *EL NIÑO A LOS 7 AÑOS DE EDAD*
  - 6.3 *EL NIÑO DE LOS 8 A LOS 10 AÑOS*
  - 6.4 *EL NIÑOS DE LOS 10 A LOS 12 AÑOS*
- 7 *INFLUENCIA DE LA DANZA EN EL DESARROLLO COORDINATIVO*
  - 7.1 *LAS CAPACIDADES PERCEPTIVO – MOTRICES*
    - 7.1.1 *CONCIENCIA CORPORAL*
    - 7.1.2 *ESPACIALIDAD*
    - 7.1.3 *TEMPORALIDAD*
  - 7.2 *CAPACIDAD DE COORDINACIÓN*
  - 7.3 *ESTIMULO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DEL DESARROLLO DE CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES POR MEDIO DE LA DANZA*
- 8 *CONCLUSIONES*
- 9 *REFERENCIAS*

## INTRODUCCIÓN

El recorrido realizado en este trabajo, donde se plantea una importante relación entre la danza y el fútbol, surgió años atrás en un período en el que tuve la oportunidad de practicar la danza y simultáneamente jugar al fútbol en los torneos de la Liga Antioqueña de Fútbol; por aquellos días pude experimentar un mejoramiento en mi rendimiento deportivo, en el sentido de ejecutar movimientos más fluidos; percibía un aumento en mi habilidad con el balón y mi despliegue por el terreno de juego lo hacía con mayor soltura, esto sucedía cuando el día anterior al partido ejecutaba algún tipo de baile que consistía en la denominada, música tropicalailable<sup>1</sup> (salsa, merengue, cumbia y porro) llevándome a pensar que la ejecución de la danza ayudaba a mejorar mi rendimiento deportivo en el terreno de juego; tal deducción la hice basado en la experiencia vivida y sin tener ningún fundamento teórico.

Como estudiante de la Especialización en Entrenamiento Deportivo he tenido la oportunidad de ampliar el conocimiento de algunas teorías relacionadas con el entrenamiento deportivo, tales como las habilidades motrices, las capacidades perceptivo motrices, la coordinación motriz, entre otras, permitiéndome dar soporte académico a lo que antes había sido sólo una consideración personal; esto me ha motivado hasta el convencimiento de profundizar frente a la idea de plantear la danza como medio que favorece el desarrollo de la motricidad en el futbolista en formación.

La danza potencia el control y dominio de los movimientos corporales del niño, quien puede evolucionar desde la libre expresión del cuerpo, hasta el aprendizaje de algunas danzas en un ambiente divertido y variado; con su ejecución se estimula el desarrollo de las habilidades motrices, de las capacidades perceptivo motrices, y dentro de éstas el ritmo, la fluidez, la dinámica, la transmisión y la precisión del movimiento entre otros, en beneficio de la coordinación motriz.

---

<sup>1</sup> RODRÍGUEZ A, Manuel Antonio. ¿Qué se entiende por música tropical Bailable?  
[www.musicalafrolatino.com](http://www.musicalafrolatino.com)

El planteamiento del tema de la monografía se da como producto del interés por encontrar tareas y medios que se puedan implementar en los programas de entrenamiento que se ejecutan en las escuelas de fútbol, en los procesos de formación deportiva del niño, dado que es una etapa de formación básica general en la cual es de vital importancia generar actividades para ampliar el bagaje motriz que permita el desarrollo de la motricidad y la coordinación de los movimientos; sin embargo no es el objetivo de esta monografía plantear los medios o métodos para trabajar la danza en los centros de iniciación y formación deportiva en fútbol, mas bien se pretende potenciar desde una construcción teórica y apoyados en algunos autores, la relación danza-fútbol en el desarrollo motriz del niño.

De cara a lo anterior ha surgido una serie de preguntas:

¿Puede la danza ser incluida como tarea en los planes de entrenamiento que se realizan en las escuelas de fútbol?

¿Contribuye la danza al desarrollo motriz del niño y sirve de preparación previa para una mejor asimilación de la técnica del fútbol con miras a mejorar su actuación deportiva?

Adicionalmente,

¿Puede la danza favorecer el desarrollo de otras capacidades, como la cognitiva, la física, el desarrollo social y personal, entre otros, que hacen parte de la formación integral del futbolista para su mejor desempeño en el terreno de juego y en su vida cotidiana?

En el transcurrir del presente trabajo busco esbozar respuestas a estos interrogantes.

En las escuelas de fútbol se sigue realizando el proceso de enseñanza- aprendizaje con base en modelos tradicionales, donde el profesor enseña a sus alumnos lo mismo que a él le enseñaron; el profesor basa su instrucción en hacer repetir un gesto técnico de manera mecánica, el niño observa lo que se le demuestra y trata de reproducirlo, repitiendo una y otra vez un gesto que luego automatizará para adaptarlo a su expresión de juego. Los gestos

y movimientos aprendidos bajo este tipo de enseñanza le servirán de poco o nada, se olvida que “El niño no progresa copiando el gesto demostrado o expuesto por el adulto sino por la reorganización de su bagaje motor. El debutante no puede reproducir un modelo, únicamente reorganizar su vivencia en función de ese modelo, asimilándolo a sus esquemas anteriores”<sup>2</sup>. Ante la necesidad de ampliar el bagaje motor del niño, el entrenador debe ser un facilitador de medios y tareas para favorecer su oportuno aprendizaje y desarrollo, en beneficio de un mejor desempeño motriz.

En el proceso formativo que se lleva a cabo en los centros de iniciación y formación deportiva en el fútbol, se da poca oportunidad para que el niño amplíe su experiencia motriz, y desde que se inicia en la práctica de este deporte, actualmente se da entre los 5 y 6 años de edad, las tareas por lo general se orientan hacia el aprendizaje de la técnica, sin considerar el nivel de desarrollo motriz con que llega el niño, pues en la mayoría de casos no se hace una evaluación previa, para diagnosticar el estado en que se encuentra el niño antes de iniciarse en la práctica del fútbol. Infortunadamente es poca la conciencia entre los entrenadores, sobre la necesidad de estimular el desarrollo motriz como prerequisite para una más fácil y correcta asimilación de la técnica.

La enseñanza tradicional del fútbol, más la ausencia de estímulos variados y múltiples que favorezcan el desarrollo motriz, generan en el niño movimientos mecanicistas, carencias en la creatividad, poca imaginación, dificultades en la toma de decisión, falta de iniciativa y limitado poder de resolución motriz, lo que se ve reflejado en el accionar del niño en el terreno de juego, quien termina siendo muy dependiente de las órdenes del entrenador. La base para la asimilación de los conceptos técnico-tácticos del fútbol en la edad infantil es el desarrollo y potenciación de las capacidades motrices del niño a través de medios que fomenten el estímulo de la expresividad, la creatividad y la lúdica. Desde este punto de vista es conveniente mirar otras alternativas metodológicas, entre estas la danza, la cual desde su riqueza posibilita variar los contenidos a desarrollar en los planes de entrenamiento permitiendo estimular y enriquecer una amplia gama de movimientos en beneficio del

---

<sup>2</sup> BONNET (1984) citado por YAGUÉ C., José M y otros. Unidades didácticas para secundaria VII. Fútbol. Una propuesta curricular a través del juego. Barcelona: INDE.,1997. p. 26.

desarrollo de la coordinación motriz.

La práctica de la danza genera grandes beneficios a cualquier edad convirtiéndose en una atractiva actividad para ser trabajada con los niños, quienes ávidos de movimiento ven en la danza una herramienta para expresar lo que sienten, disfrutar de su cuerpo y descubrir sus habilidades y destrezas.

En la búsqueda de antecedentes investigativos sobre el tema, donde se establezca la relación deporte y danza o danza y fútbol solo se encontró el trabajo “Efecto del entrenamiento de la gimnasia rítmica en la coordinación de futbolistas de las ligas menores”<sup>3</sup>, cuyo propósito fue demostrar el efecto del entrenamiento de la gimnasia rítmica en la coordinación de los futbolistas de ligas menores. El estudio se realizó con un equipo de fútbol, compuesto por 20 jugadores entre los 15 y 18 años, pertenecientes a una selección masculina de Juegos Nacionales. La totalidad del grupo de estudio fue dividido al azar en grupo control y grupo experimental. El tratamiento consistió en 10 sesiones de gimnasia rítmica de 50 minutos durante 5 semanas, es decir dos sesiones por semana; se realizó dentro de un gimnasio después de las horas de entrenamiento habitual. Como resultado se pudo demostrar que el tratamiento de la gimnasia rítmica mejoró significativamente la coordinación del grupo experimental. Esto permitió concluir que es importante la aplicación de la gimnasia rítmica en el entrenamiento de un deporte colectivo, en este caso el fútbol, por el trabajo de coordinación que involucra los componentes de aptitud física y motriz, los cuales son aplicables tanto a la gimnasia rítmica como al fútbol.

Propender por el mejoramiento de la coordinación motriz y por el desarrollo integral del niño que se vincula a los procesos de formación deportiva en las escuelas de fútbol, es un deber que tenemos los técnicos y entrenadores, en especial en el fútbol infantil. Desarrollar un

---

<sup>3</sup> BRAVO HERRERA, Mónica y MONGE FLORES, Sebastián. Efecto del entrenamiento de la gimnasia rítmica en la coordinación de futbolistas de ligas menores. Escuela de Educación Física y Deportes. Universidad de Costa Rica. Revista de Fútbol y Ciencia. Vol. 1 No. 1 (2002).



trabajo con medios creativos que le posibiliten al joven futbolista disfrutar del aprendizaje, es tarea fundamental y necesaria para un mejor desarrollo sicomotriz de las jóvenes promesas.

La inclusión de la práctica de la danza como complemento a las tareas cotidianas que se desarrollan en las sesiones de entrenamiento, puede contribuir al mejoramiento de la motricidad del niño y a su formación integral; adicionalmente el empleo de la danza le dará variabilidad a las rutinas de entrenamiento, propiciando alternativas de trabajo que hará de los procesos de entrenamiento espacios de diversión y disfrute, además favorecerá el fortalecimiento de las relaciones y el conocimiento intergrupales.

Este trabajo se propone como objetivo general sustentar el valor de la danza como medio potenciador del desarrollo motriz del niño en su proceso de formación deportiva en las escuelas de fútbol. A partir de éste se busca hacer una profundización temática con relación a lo que se ha escrito sobre la coordinación, develando la importancia de la danza como una actividad cuya práctica propicia el desarrollo motriz del niño en su formación básica general, contribuyendo además a su formación integral, dado que favorece el estímulo de otras capacidades como las físicas, la capacidad cognitiva y la capacidad expresiva, así como el desarrollo de la personalidad y la socialización del niño que se inicia en las escuela de fútbol.

## 1. EL VALOR FORMATIVO DE LA DANZA

La danza, tan antigua como el mismo ser humano, tan antigua como el placer que siente el hombre por el movimiento, ha sido el medio natural a través del cual el hombre se ha comunicado e interrelacionado con sus congéneres. La danza puede ser definida como “combinación de movimientos armoniosos realizados sólo por el placer que ese ejercicio proporciona al danzante o a quien lo contempla”<sup>4</sup> Se danza por diversión, para relajar los músculos y liberar tensiones, para revivir el vínculo social que tenemos con los demás, para relacionar nuestro cuerpo en movimiento con los movimientos del otro, del otro que se ama, del otro que se quiere sentir, del otro a quien se quiere comunicar algo.

El placer y los beneficios que proporciona su práctica, hace de la danza un importante recurso para el desarrollo motriz del niño, la cual puede complementar las actividades propias del fútbol, actividades que se van a ver enriquecidas gracias al desarrollo de los diferentes contenidos y coreografías, accediendo el niño a mayores experiencias a través del estímulo de su potencial motriz para el desarrollo de sus habilidades motrices, capacidades perceptivo-motrices y capacidades coordinativas, ampliando su capacidad de movimiento en favor del control y dominio corporal para un mejor desempeño deportivo.

Desde lo síquico y lo social la danza favorece la autoconfianza, la interacción grupal, la comunicación, el conocimiento propio y de los demás, la cohesión del grupo y el desarrollo de valores como la cooperación, la amistad, el respeto, la tolerancia y la solidaridad, contribuyendo a la formación personal del niño, lo que le da un importante valor educativo y la convierte en un excelente medio para complementar su desarrollo integral, tanto para su vida diaria, como para su desempeño atlético individual y colectivo.

La danza permite desarrollar la capacidad expresiva, física, cognitiva y motriz. “Por medio de la expresión le damos la oportunidad al individuo de salirse de ese camino que le lleva hacia

---

<sup>4</sup> LESSE (1982) citado por PADILLA MOLEDO, Carmen y HERMOSO VEGA, Yolanda. Siglo XXI, Perspectivas de la Danza en la Escuela. En: Tavira. No.18 (2003); p.9-20.

el adiestramiento, hacia el ser enseñado como un objeto”.<sup>5</sup> El desarrollo de la capacidad expresiva le permite al niño estimular su creatividad; éste es uno de los beneficios de gran importancia que proporciona el trabajo con la danza, ya que por medio de ésta el niño tiene oportunidad de expresarse libremente, lejos del contexto del adiestramiento a que se ve sometido en la enseñanza tradicional que habitualmente recibe, posibilitando sumar día a día nuevas experiencias en esa interacción con el otro, expresando con su cuerpo mucho de lo que verbalmente no se atreve a decir, dejando fluir lo que siente, descubriendo su esencia interior en un espacio que favorece un ambiente para la diversión, la comunicación y la espontaneidad; contribuyendo al desarrollo y fortalecimiento de la personalidad del niño síquicamente más saludable.

El entrenador deportivo puede encontrar en la danza una valiosa herramienta para desarrollar el potencial físico del niño en un ambiente de recreo y esparcimiento. “En su vinculación con la capacidad energética o física, los bailes de salón nos aportan en su medida y en función de su intensidad o duración de los juegos planteados el desarrollo de las capacidades físico motrices entendidas estas como el desarrollo de la resistencia, fuerza y velocidad”<sup>6</sup>; estas capacidades, susceptibles de ser mejoradas a través de la práctica de la danza, beneficiaran posteriormente el desempeño físico y deportivo del futbolista.

El desarrollo de la capacidad cognitiva es de gran interés para que se trabaje en el fútbol infantil, debido a que es característico que el jugador se vea constantemente sometido a tomar decisiones y a resolver motrizmente múltiples acciones de juego. Ésta puede ser trabajada a través de los contenidos que se desarrollan en la danza, dado que en las propuestas dancísticas se propicia un ambiente para la participación, para la creación, para la libre expresión corporal y mental, en un espacio en el que cada niño siente desinhibición ante el grupo para dejar fluir sus pensamientos e ideas y plasmarlas a través de su cuerpo.

---

<sup>5</sup> ARANGO C, Pedro y otros. La danza en el diseño curricular de la educación física. Iniciación. VII jornadas UNISPORT sobre Educación Física Escolar. España: Junta de Andalucía, Universidad Internacional Deportiva.

<sup>6</sup> VICIANA G., Virginia y otros. Las actividades coreográficas en la escuela. España: INDE, 2004.p. 158

El desarrollo motriz se ve muy favorecido con la práctica de la danza, ya que son muchas las posibilidades de combinación de movimientos que se pueden realizar por medio de las tareas y actividades a realizar, movimientos para los cuales se requiere de precisos ajustes durante los desplazamientos espacio-temporales, lo cual va a favorecer finalmente el mejoramiento de la coordinación motriz y la ejecución técnica.

Si miramos todas las ventajas que genera la práctica de la danza, se puede concluir que resulta muy beneficiosa su aplicación dentro de las tareas a realizar para coadyuvar al desarrollo integral del niño en su proceso de formación deportiva en fútbol, en especial en lo que tiene que ver con su base motriz indispensable para formar jugadores brillantes desde el punto de vista técnico y con un dominio corporal que le permita hacer frente a las situaciones de juego impredecibles propias de este deporte y en constante oposición del adversario.

## 2. CARACTERÍSTICAS DEL FÚTBOL

Es importante en este trabajo presentar las características del futbol en tanto se trata de establecer a lo largo del mismo una relación entre éste y la danza como medio potenciador del desarrollo motriz del niño vinculado a los proceso de iniciación y formación deportiva de las escuelas de fútbol.

“El fútbol pertenece a este grupo de deportes denominados deportes de equipo cuyo origen son los juegos colectivos de cooperación/oposición”<sup>7</sup> A diferencia de los deportes individuales, donde interviene en la competencia un solo jugador, el fútbol es un juego en el que entran en confrontación dos equipos, compuestos cada uno de ellos por once jugadores, con una disposición determinada en el campo de juego y con unas funciones a realizar de acuerdo con las indicaciones suministradas por el director técnico del equipo (táctica-estrategia).

---

<sup>7</sup> GOMA Oliva, Antonio. Manual moderno del entrenador de fútbol. España: Paidotribo, 1999. p.25

La posesión o no del balón determina la función a desempeñar, se ataca cuando se está en posesión del balón, se defiende cuando es el adversario el poseedor del balón, cada equipo en competencia asume una relación de cooperación entre sus integrantes, si se tienen el balón en pro de conseguir el objetivo que es el de marcar gol, si no se tiene el objetivo es tratar de recuperarlo e impedir que el rival consiga anotar.

El fútbol es un sistema de habilidades abiertas. “En función del grado de control ambiental, el fútbol es una propuesta deportiva abierta, puesto que a pesar de practicarse en un ambiente conocido y estándar, la circunstancias del juego son cambiantes, lo que las convierte en tareas abiertas”.<sup>8</sup> En el fútbol cada acción es diferente a la otra, por muy intuitivo que sea el jugador la mayoría de las situaciones de juego son para él inesperadas y dentro de las estrategias de juego siempre se procura generar sorpresa para vencer el oponente; debido a esto, las jugadas son de un alto grado de incertidumbre; su carácter impredecible pone en constante prueba las capacidades cognitivas, técnicas- táctico-estratégicas y físicas del futbolista, quien debe ser capaz de resolver con una ajustada precisión motriz y a una gran velocidad en cada una de sus intervenciones en esa lucha incesante por superar al adversario.

El futbolista debe prepararse a lo largo de su vida en los aspectos técnico, cognitivo, táctico, estratégico, físico, social y psicológico; para poder responder de manera óptima a las demandas propias de esta disciplina deportiva.

Cuando se habla de técnica en el fútbol se hace referencia a cada uno de los movimientos, gestos o acciones ejecutados por el deportista con o sin balón, que le permiten tener un desempeño eficaz en el terreno de juego; pero para que la ejecución técnica sea eficaz debe estar concebida sobre una amplia y variada base motriz que le permitan al jugador tener una respuesta rápida y oportuna a partir de su repertorio motriz, construido a través de la realización de tareas que simultáneamente estimulen su creatividad y su expresividad.

---

<sup>8</sup> POULTON (1957) citado por DEL PINO MEDINA, José María. Influencia de las inteligencias múltiples en el rendimiento deportivo en fútbol. Disponible en: [www.ugr.es/~setchift/docs/tesina\\_rendimientofutbol.doc](http://www.ugr.es/~setchift/docs/tesina_rendimientofutbol.doc)

En lo táctico, el futbolista se ve avocado permanentemente a resolver mental y motrizmente diversas situaciones de juego; haciendo necesario el desarrollo adecuado de su capacidad de percepción, anticipación, diferenciación y toma de decisión (actividades cognitivas), para tener una excelente respuesta motriz para contrarrestar el accionar del adversario y tratar de superarlo, debido a esto el trabajo de la esfera cognitiva es vital en los deportes de conjunto y debe tener un estrecho vínculo con el aprendizaje de la técnica, ya que la toma de decisión y la iniciativa del jugador para ejecutar la acción apropiada y oportuna esta mediada por lectura que él haga del juego. El desarrollo cognitivo le permitirá al niño entender la lógica interna del juego y entender su papel en el funcionamiento colectivo de su equipo.

La estrategia es la planificación y globalización de la temporada, involucra todos los elementos que influyen en el rendimiento deportivo; incluye tres aspectos fundamentales, el conocimiento del adversario (expresión táctica del rival), conocimiento del terreno de juego (si es local, estado del césped, entre otros) y

Circunstancias que rodean el entorno (circunstancias en la que se va a desarrollar el juego). A través de la estrategia se pretende tener control de todas las eventualidades que se puedan presentar con el fin de que el equipo esté preparado y con más posibilidades de salir victorioso que el adversario.

Desde el punto de vista físico, el futbolista debe prepararse para el desarrollo de sus capacidades condicionales de resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad, con el fin de poder responder adecuadamente a las demandas físicas que se presentan durante un partido de fútbol, dado que “El fútbol es un deporte físicamente exigente caracterizado por actividades intensas frecuentes, tales como carreras de alta intensidad, tacklings, giros y saltos. Se ha demostrado que un jugador de fútbol varón de primera categoría ejecuta aproximadamente 1100 cambios en la intensidad del ejercicio y cubre una distancia de unos 11 kilómetros durante un partido”<sup>9</sup>.

---

<sup>9</sup> BANGSBO, Jens. Entrenamiento de la condición física en el fútbol. España: Paidotribo, 2002. p. 109.

Además de una buena técnica, una buena condición física, una buena toma de decisiones, el futbolista debe contar con una buena estructura síquica que le permita tener una personalidad y un temperamento fuerte para sobreponerse al stress propio de la competencia y resolver eficazmente a pesar de las diferentes presiones a que se ve sometido. En lo síquico el futbolista debe ser estimulado para el desarrollo de aspectos claves para el logro de sus objetivos en su preparación y en el campo competitivo tales como: motivación, autoconfianza, concentración, control de la ansiedad, liderazgo entre otros.

El factor social es considerado en un gran porcentaje como el responsable en la obtención del éxito deportivo, entendido este como producto del adecuado manejo grupal por parte del técnico, pues como cabeza de equipo es indispensable que se preocupe por favorecer las buenas relaciones y la cohesión grupal, como pilares fundamentales para el buen funcionamiento social, de tal modo que las relaciones y los roles que desempeña cada integrante del equipo sean bien establecidas y jerarquizadas en beneficio del desempeño individual y colectivo dentro y fuera de la cancha.

### 3. RELACIÓN ENTRE DANZA Y FUTBOL

Este apartado esboza algunas características comunes entre la danza y el fútbol; dado que el propósito del presente trabajo es establecer desde una construcción teórica la importancia de la práctica de la danza y su influencia en el desarrollo motor desde la formación en el fútbol, es importante resaltar que es poco lo que se ha hallado en la literatura frente al tema, sin embargo se encuentra algunos autores que han logrado identificar aspectos afines entre estos dos campos.

Entre fútbol y danza hay una interesante relación; en primer lugar algunos gestos del fútbol tienen parecido con movimientos propios de la danza. Por ejemplo una finta, un regate y algunas complejas jugadas en las que los jugadores de brillante accionar encadenan de manera armónica movimientos incluso descritos por los cronistas deportivos como danza con el balón, las cuales se asemejan a determinados gestos que hacen parte de los movimientos en la danza.

Cuando se habla del gol que Maradona le convirtió a Inglaterra en el mundial de México en 1986, la jugada previa a la consecución del gol es descrita como una danza en la que las fintas, gambetas y filigranas fueron de fantasía; así se hace alusión al considerado por muchos como el mejor gol en la historia de los mundiales, cuando *el pelusa* inicia su apoteósica jugada en la mitad del terreno de juego eludiendo a cuanto adversario se encontrara en su camino, para culminar su majestuosa obra con el júbilo del gol.

Algunos autores consideran que existen ciertos aspectos comunes entre el fútbol y la danza. En el periódico Vanguardia del 10 de julio del 2005<sup>10</sup>, se encuentra un interesante artículo basado en una conferencia pronunciada por Gelabert en Darmstas (Alemania) previo al Mundial 2006, sobre las similitudes entre la danza y el fútbol. En la entrevista realizada por

---

<sup>10</sup> Barceloca, la ciudad del ocio. El bailarín futbolista. Disponible en: <http://www.barceloca.com/dataDetails-8016/es-ES/El-bailar%C3%ADn-futbolista-barcelona.aspx>



Llátzer Moix a Gelabert, éste bailarín de 52 años, considerado como el decano de la danza contemporánea catalana, quien además en su juventud tuvo la oportunidad de jugar fútbol, plantea tres aspectos importantes para argumentar las similitudes que, sostiene él, hay entre la danza y el fútbol.

El primer punto en común es el desarrollo del equilibrio que se realiza tanto en la danza como en el fútbol, pues dice que el problema para bailarines y futbolistas consiste en liberar de peso una pierna para que pueda actuar como un tercer brazo; mientras una pierna vuela y dibuja movimientos en el aire (caso del bailarín) o regatea y remata (caso del futbolista), la otra debe cargar con el peso del cuerpo y sostenerlo en equilibrio. En la danza el equilibrio se puede estimular a base de control del centro de gravedad y dominio del eje corporal; en el fútbol como en la danza es necesario realizar tareas orientadas a mejorar el equilibrio y a estimular en el futbolista un mayor control de su centro de gravedad, permitiéndole mejorar el grado de estabilidad de su cuerpo tanto en las acciones con balón como en las acciones sin posesión del balón.

El segundo punto en común entre bailarines y futbolistas es el ritmo; mientras un bailarín debe ingeniárselas para mantener la cadencia de sus pasos y adaptarlo a la música que baila, un futbolista debe correr y al tiempo controlar el balón con los pies, eludir el acoso de los rivales y mantener la visión de su equipo, además uno y otro tienen que acoplar su ritmo personal al del conjunto.

El tercer aspecto en común es el manejo del espacio y la ocupación del mismo por los integrantes del equipo en su respectiva actividad; esto lo considera Gelabert básico en la danza y también en el fútbol, porque en ambas actividades se debe tener control del espacio; quien practica la danza debe aprender a orientarse en el espacio en relación con los demás personas y los objetos, conservando una distancia, realizando algunos acercamiento de forma coordinada y estética, de igual manera en el fútbol los movimientos de cada jugador en el espacio de juego deben estar en armonía con los movimientos de los demás integrantes del equipo en pro del buen funcionamiento colectivo del equipo, a partir de una buena ubicación espacial teniendo en cuenta que existe una oposición del adversario.

Gelabert hace referencia a tres puntos en común entre la danza y el fútbol, el equilibrio, el ritmo y la espacialidad, elementos constitutivos de las capacidades perceptivo motrices, tan importantes en la danza como en el fútbol.

El Licenciado Julián Ponisio <sup>11</sup>, en su Tesis de Licenciatura en Ciencias Antropológicas titulada “*Cuerpos, estilos y emociones en los inicios de la práctica del fútbol en la Argentina y su relación con el tango*”, hace un análisis de tipo antropológico de los inicios de la práctica del fútbol como deporte en Argentina y su relación con la danza del tango a nivel de la creación de un estilo corporal propio denominado “criollo”; haciendo un análisis de las experiencias corporales considera que hay varios indicios que permiten relacionar la forma de bailar el tango y jugar al fútbol en la primeras décadas del siglo veinte.

En primer lugar plantea Ponisio que el piso donde se baila forma parte de la gramática del tango porque es donde se ejecuta la acción de bailar, y es sinónimo de buen bailarín acariciar el suelo con los zapatos. En el fútbol también se dice de quien le da buen trato al balón, que acaricia la pelota con los pies.

En segundo lugar dice que la baldosa callejera fue uno de los escenarios privilegiados para la práctica de la danza del tango ya que sobre esta se marcaba el ritmo de los pies y el movimiento de la cintura, construyendo la marca de la corporalidad que iría paulatinamente creando un estilo en la forma de danzar el tango. En el caso del fútbol, la triada potrero-pibe-gambeta forjó las bases que le darían identidad a un estilo corporal similar al movimiento corporal de la danza del tango en la manera de jugar al fútbol.

Finaliza diciendo “Queda la hipótesis abierta a futuras investigaciones de si tanto el fútbol como el tango están emparentados en la creación de un estilo criollo a través de similares

---

<sup>11</sup> PONISIO, Julián. *Cuerpos, estilos y emociones en los inicios de la práctica del fútbol en la Argentina y su relación con el tango*. En: *Lecturas Educación Física y deportes*. Año 10, No. 92 (Enero de 2006). Disponible en: [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com).

experiencias corporales, como la ejecución de su danza, en el caso del tango, donde la pareja de baile acariciaba el suelo con movimientos suaves y precisos de los pies y a los criterios estéticos de la gambeta en el fútbol que conformaban al jugador habilidoso, pícaro, de potrero, que lleva la pelota atada a los botines”<sup>12</sup> Se puede ver el interés del autor para demostrar esa relación desde la mirada antropológica entre la danza del tango y fútbol, esbozando cómo en su inicio ambas actividades tienen un origen caracterizado por un estilo propio denominado “criollo”, donde el criterio estético enmarca un estilo de expresión corporal; además determina como escenarios de inicio para la danza del tango y el fútbol, un espacio abierto y del común, la calle y el potrero respectivamente. En ambos el movimiento de los pies es la parte más valorada a la hora de ejecutar una acción, el gesto, la expresión motriz del individuo.

Lo anterior permite concluir que a través de la relación danza fútbol se puede crear una estrategia de tipo pedagógico en la que los contenidos trabajados a partir de la danza favorezcan el desarrollo de muchos de los componentes del fútbol, en especial la técnica, pues cada uno de los pasos que componen una estructura dancística pueden dar origen a la plataforma sobre la que posteriormente se desarrolla la técnica propia del fútbol, los giros, desplazamientos, saltos, entre otros movimientos; éstos conforman la base sobre la cual el futbolista desarrolla sus destrezas y habilidades, las cuales le permiten tener una actuación sobresaliente; cada paso aprendido, cada combinación de movimiento practicada, generan nuevos patrones de movimiento que puede ser posteriormente transferidos a las acciones que ejecuta el futbolista en el terreno de juego para dar una respuesta motriz eficaz y oportuna ante las exigencias propias de este deporte.

---

<sup>12</sup> *Ibíd.*

#### 4. EL DESARROLLO MOTRIZ COMO BASE PARA EL DESARROLLO DE LA TÉCNICA ESPECÍFICA DEL FUTBOLISTA

La técnica es uno de los aspectos que hacen parte del fútbol y es la base sobre la que se cimienta todo el andamiaje propio de este deporte. “Debemos entender por técnica futbolística toda la gama de acciones y movimientos para jugar el balón con cualquier parte del cuerpo, como aportación individual en beneficio de la asociación que el fútbol requiere”<sup>13</sup>. Sin embargo hay que hacer claridad en relación con la definición del autor en el sentido de que La técnica es la calidad del gesto motriz en esa interacción del jugador no sólo con el balón, sino también sin él, en el espacio y en el tiempo durante las acciones de juego; acciones caracterizadas por ser económicas, estéticas y eficaces, es decir, que le permitan al jugador resolver la situación de juego de manera acertada, en el menor tiempo posible y con poco gasto de energía.

El fútbol, como deporte colectivo, requiere de la cooperación entre compañeros para el desarrollo del juego, el cual se hace más eficaz y vistoso en la medida en que cada integrante del equipo cuenta con una excelente condición técnica.

En el fútbol infantil actual muchos entrenadores prestan poca atención a la formación de la condición técnica, debido a que están más preocupados por el resultado deportivo que por la formación integral de sus deportistas. “Si se descuida el desarrollo paralelo de la técnica y de las formas principales de trabajo motor, puede producirse una discrepancia entre las capacidades técnicas y el nivel físico; una técnica poco desarrollada impide que el deportista transforme sus potencialidades físicas crecientes en mayores rendimientos específicos de la modalidad”<sup>14</sup>. Es común encontrar futbolistas profesionales con un gran derroche de trabajo físico, pero muy limitados en lo técnico, lo que hace que el resultado de su actuación deportiva no sea la más eficaz, pues muestran en cada intervención gran ímpetu y entrega, no obstante a la hora de resolver una situación de juego muestran grandes limitaciones desde el punto de vista técnico- táctico.

---

<sup>13</sup> PORTA LOSADA, Manuel. La técnica individual y colectiva del fútbol. España: Impresión Sementeira, 1993. p. 33.

<sup>14</sup> SPITZ (1975) citado por WEINECK, Jurgen. Entrenamiento Total. España: Paidotribo, 2000. p. 501.

Propender por un estilo de juego vistoso y estético basado en el desarrollo de una excelente condición técnica, es una de las tareas que tienen los entrenadores de fútbol, además de fomentar y estimular el desarrollo de las capacidades coordinativas, como base para un mejor y más rápido aprendizaje de los gestos técnicos individuales y colectivos.

De acuerdo con Martín, D<sup>15</sup> el entrenamiento de la técnica tiene lugar en tres etapas: La etapa del desarrollo multilateral, etapa de la preparación general y etapa de preparación técnica específica (especialización).

En la etapa de desarrollo multilateral es indispensable que los niños dispongan de una amplia gama de estímulos que le permitan tener un adecuado desarrollo motriz, para luego en la etapa de preparación general formar el niño para su posterior especialización en una determinada disciplina deportiva.

Para Uribe P, Iván D<sup>16</sup> dentro del proceso de iniciación y formación deportiva La finalidad de esta etapa definida por él como etapa de estructuración motriz, es la adquisición de los patrones motores básicos como origen de un movimiento ordenado, a través de múltiples y diversas actividades motrices, la cual se da entre los 6 y 8 años de edad. Se puede decir que el desarrollo de una amplia experiencia motriz es la base para un progresivo aprendizaje y desarrollo de la técnica deportiva, la cual se da en la etapa de preparación técnica específica o de especialización deportiva comprendida entre los 12 y 13 años de edad; por lo tanto será necesario realizar de manera previa un trabajo que permita el desarrollo de las capacidades perceptivo motrices y de las capacidades coordinativas, entre otras, para propender posteriormente por un óptimo desarrollo de la técnica del fútbol.

En la etapa de estructuración motriz y en la de preparación básica general, el trabajo rítmico danzario se convierte en un extraordinario medio que potencia el acervo motriz del niño, por

---

<sup>15</sup> MARTIN, D (1977) citado por WEINECK, Op.Cit., p. 502.

<sup>16</sup> URIBE P, Iván D. Centros de iniciación y formación deportiva. INDEPORTES Antioquia. Serie de publicaciones formativas y didácticas. P. 25.

medio del perfeccionamiento de sus habilidades y destrezas motrices y adicionalmente permite el estímulo de otras capacidades como las expresiva, cognitivas y sociales entre otras, cuyo desarrollo hace más integral la formación del futbolista, ya que el desarrollo motriz y técnico no debe ser aislado sino trabajado en conjunción con estas otras capacidades del individuo.

El estímulo de las capacidades perceptivo motrices y de la coordinación, cuyo desarrollo es fundamental para el aprendizaje y asimilación de la técnica del futbolista, se puede lograr a través de las actividades que se realizan en las sesiones de trabajo en la actividad dancística, “Al ser los deportes y la danza basados en el movimiento humano, existen ciertas similitudes que hacen aplicables la danza a los deportes y viceversa, ya que tanto los atletas como los bailarines entrenan para moverse con economía y eficiencia muscular”<sup>17</sup>; utilizar la práctica de la danza como uno de los medios para enriquecer y ampliar la experiencia motriz que conduzca a un mejor desarrollo perceptivo motriz y coordinativo, favorecerá posteriormente la adquisición por parte del futbolista en formación de una técnica más depurada .

Si se quiere formar futbolistas con proyección al alto rendimiento, es indispensable recurrir a la utilización de diferentes tareas o actividades cuya variedad de composición de movimientos le permitan al joven talento enriquecer su experiencia motriz, la cual va a utilizar en cualquier momento de su desempeño deportivo de acuerdo con el nivel de exigencia de su actividad deportiva.

Es importante tener presente que “Una modalidad por sí sola no puede desarrollar de forma regular todas las capacidades coordinativas. Sólo una serie de modalidades diversas, con perfiles de exigencias coordinativas diferentes y complementarias, puede garantizar una formación básica multilateral en el ámbito de la coordinación. Por ello, en la edad infantil se debería hacer hincapié en una formación polideportiva, que satisfaga esta necesidad”<sup>18</sup>.

---

<sup>17</sup> MILHAN (1981) citado por BRAVO HERRERA, Mónica y MONGE FLORES, Sebastián. Op.Cit., p.58.

<sup>18</sup> WEINECK, Jurgen. Op.Cit., p, 516.

Con la especialización deportiva temprana, como acontece actualmente en algunas escuelas de fútbol, se priva al niño que inicia en ellas a los 5 ó 6 años de una enriquecedora experiencia motriz, de la posibilidad de desarrollar su creatividad, su toma de decisión y otros aspectos, como el desarrollo de su personalidad, lo cual se ve reflejado en un futuro en una limitada técnica deportiva, y en un deficiente desempeño deportivo.

Esperar que el niño que ingresa en la actualidad a las escuelas de fútbol, adquiriera una amplia experiencia motriz a través de las tareas que se ejecutan tradicionalmente en los entrenamientos de fútbol, es esperar en vano; está claro que es necesario propiciar otra serie de estímulos para aprovechar al máximo su potencial individual, bien sea por medio del juego, o del uso de otros medios alternativos como la danza, permitiendo el cúmulo de una mayor riqueza en movimientos, para lograr un adecuado desarrollo de tipo coordinativo y, por supuesto, mejorar su condición técnica.

El talento innato que posee el niño, debe ser amplia y previamente estimulado para su desarrollo, sólo así se puede formar jugadores que marquen diferencia en su actuación deportiva, con una expresión futbolística individual y colectiva caracterizada por una identidad y estilo propio. La alta disponibilidad del niño por experimentar nuevas formas de movimiento es la oportunidad que se tiene para ampliar su repertorio motriz, no sólo con miras a tener en un futuro un individuo más hábil e inteligente, sino la posibilidad de formar deportistas, en el caso nuestro, futbolistas que puedan expresar de manera más fluida y estética su técnica, creando y descubriendo su propio estilo de juego. La danza dotará al joven futbolista de una variada combinación de movimientos, los cuales irá incorporando a su bagaje técnico, proporcionándole calidad a sus movimientos, para posteriormente expresar un juego armonioso, fluido y estético, que hará del espectáculo futbolístico una verdadera fiesta con un alto contenido artístico.

## 5. ESTIMULAR EL POTENCIAL MOTRIZ DEL NIÑO ANTES QUE COMPETIR

En una sociedad altamente competitiva, el afán por la obtención de títulos que aumenten el prestigio de los entrenadores y que reconforte el ego de los padres de los niños, ha hecho que los entrenadores infrinjan los principios de entrenamiento deportivo con la complicidad de los padres, dándole prioridad al resultado por encima de un adecuado proceso formativo, privando al niño de los estímulos propios de un trabajo de base en la etapa de formación de su desarrollo multilateral y en la que el objetivo es ampliar la experiencia motora y el repertorio de movimientos.

El deseo de que sus dirigidos desarrollen cuanto antes su potencial físico y táctico, como aspectos clave para superar adversarios según el criterio consciente o inconsciente de algunos entrenadores, hace que infortunadamente, como se dice popularmente, se *maduren biches* los niños, lo que por lo general ocasiona la deserción temprana de la práctica deportiva o la formación de un deportista con grandes carencias motoras.

El niño que llega a iniciarse en el proceso enseñanza-aprendizaje en las escuelas de fútbol, por lo general no es sometido a una valoración de su estado de desarrollo motriz y de inmediato se inicia en la enseñanza de la técnica, cuando en la mayoría de los casos no tiene la preparación motriz suficiente para asimilar los gestos técnicos de la manera correcta, resultando esto en la adquisición de una técnica mecanicista y defectuosa.

En el proceso de iniciación y formación deportiva se debe tener presente que el niño debe recibir una formación cuyo proceso de enseñanza- aprendizaje requiere de un programa constituido por etapas con contenidos consecuentes con la edad del deportista. Es necesario estructurar un programa dirigido al desarrollo sistemático y gradual, en un proceso a largo plazo en el que se consoliden etapa por etapa, todos los requerimientos que favorezcan el desarrollo motriz del niño para conferirle calidad a su expresividad motriz.

Los modelos de enseñanza-aprendizaje que se están utilizando actualmente se basan en la instrucción; el entrenador explica y demuestra un gesto que debe ser imitado por el alumno,



quien debe reproducir de manera mecánica el movimiento. Esta forma de enseñar deja muy poca oportunidad para que el alumno estimule su pensamiento creativo, lo que desfavorece el descubrimiento de otras posibilidades de movimiento e impide intentar crear otras nuevas.

“La educación física que el educando ha enfrentado, tiene un enfoque eminentemente deportivo que propicia la competencia social, pues sólo algunos logran sobresalir, mientras un buen número apenas alcanzan la asimilación de los fundamentos básicos. De esta manera se le ha dado un papel importante al entrenamiento del cuerpo, pero desconociendo la preparación del mismo en lo que tiene referencia al conocimiento y reconocimiento del esquema corporal y sus posibilidades de movimiento expresivo, rítmico, dancístico y creativo, entendido como trabajo previo que garantiza una mayor calidad de las acciones motrices”<sup>19</sup>

El desarrollo motriz es el objetivo principal sobre el que se debe trabajar en la iniciación y formación deportiva; el entrenador infantil no debe preocuparse por la competencia o el resultado deportivo en una etapa en la que realmente interesa dotar a las jóvenes promesas del acervo motriz necesario para desarrollar adecuadamente su potencial motriz. El control del movimiento corporal global o segmentario, el acertado manejo de la distancia y el tiempo en cada acción motriz, la precisión y regulación del desplazamiento de cada segmento que interviene en la ejecución de cualquier gesto motriz, son fundamentales para el desempeño del futbolista. En función de mejorar estos elementos se debe centrar el entrenamiento formativo y de iniciación en las escuelas de fútbol.

Con la práctica de la danza como una de las tareas a realizar en los procesos de formación deportiva en las escuelas de fútbol, se facilita al niño un aprendizaje caracterizado por la libre expresión, por la creatividad y se propicia un espacio para que el niño asimile de acuerdo a sus capacidades y a su estado de evolución, donde la adquisición de la técnica no es prioridad, sino una posibilidad más para que el niño descubra y exprese sus destrezas, lejos del espíritu competitivo propio de la actividad deportiva.

---

<sup>19</sup> LÓPEZ J., Sol Beatriz. Hacia una orientación de los procesos de educación del cuerpo por medio de actividades expresivas y dancísticas. Propuesta metodológica para el nivel básico (cuarto a noveno grados) Medellín: Universidad de Antioquia, Facultad de Educación, 1996.

Según GALLAHUE <sup>20</sup> el proceso desarrollo motriz sigue una secuencia en fases, que se van direccionando de acuerdo a la adquisición de habilidades motrices a niveles cada vez más altos. Este proceso comienza con los movimientos reflejos del recién nacido y culmina con las habilidades deportivas del adolescente y adulto. La fase de movimientos reflejos y rudimentarios es la base para los movimientos fundamentales, que comienzan a desarrollarse a partir de que el niño empieza a caminar y hasta aproximadamente los 6–7 años. Las habilidades básicas de locomoción, manipulación y equilibrio se desarrollan a través de un proceso definido de estadios, observados de la forma inmadura hasta la madura; el mayor o menor grado de madurez alcanzado está en relación con la oportunidad de la práctica, la motivación, la fuerza de voluntad y el talento individual.



FIGURA 1. Fases del desarrollo motriz según Gallahue, 1982.<sup>21</sup>

Las habilidades básicas (desplazamientos, saltos, giros, manipulaciones, etc.) se adquieren, estabilizan y diversifican hasta aproximadamente los 6 a 7 años, periodo para el cual las

<sup>20</sup> GALLAHUE. Citado por MUÑOZ, Luis A. Desarrollo motor y educación física infantil. Colección Surcolombiana. Neiva.1990. p 150

<sup>21</sup> Ibid., p.150.

habilidades básicas alcanzan el grado de madurez próximo al patrón observado en el adulto; a partir de esta edad y hasta los 10- 12 años el desarrollo se caracteriza por el refinamiento y combinación de estas habilidades en patrones motrices más complejos <sup>22</sup>

El desarrollo motriz del niño sigue un proceso secuencial, continuo y dinámico; estructurado a partir del grado de maduración y de la experiencia que vive en su entorno inmediato y sobre el cual debemos intervenir para favorecer el mejoramiento del potencial motriz innato que posee el niño, el cual acertadamente estimulado le posibilitará alcanzar el máximo de rendimiento permitiéndole un desempeño motriz más eficaz.

El periodo escolar se considera como el tiempo para el refinamiento de las habilidades motoras, las cuales ya deben haber sido adquiridas de manera previa. La fase de movimientos relacionados con el deporte es más específica que la fase fundamental pues las habilidades deportivas envuelven la combinación de movimientos fundamentales.

La suma y combinación de todas las habilidades aprendidas, previo al periodo de adquisición de habilidades específicas, le permitirán al niño la asimilación de manera más eficaz de los contenidos propios del deporte o deportes de su preferencia, por lo tanto los estímulos y trabajos que se realicen antes de los 12 años son fundamentales para su posterior aprendizaje y desempeño deportivo.

Antes de los 12 años de edad se debe proporcionar al niño una formación polideportiva sin estar dedicado a un deporte específico. Esto en la actualidad en las escuelas de fútbol prácticamente no se da, debido a que desde la iniciación están recibiendo una enseñanza centrada en los fundamentos específicos del fútbol, privando al niño de esa formación motora básica, indispensable para un correcto proceso de formación deportiva en un ambiente caracterizado por la práctica del juego y disfrute por el movimiento.

A partir de la danza podemos trabajar todos los elementos que de manera progresiva van a favorecer en conjunto el desarrollo de la coordinación del movimiento, iniciando con las

---

<sup>22</sup> Ibid., p.145.

habilidades motrices básicas: los desplazamientos, salto, giros y las manipulaciones que componen los pasos en el aprendizaje y ejecución de las danzas, con múltiples variantes; por ejemplo un desplazamiento, según la trayectoria, puede ser recto, curvo, quebrado; según el tiempo-velocidad, uniforme o variable; según el espacio (altura), alto, medio, bajo, etc., sin olvidar el gran número de posibles combinaciones.

Las capacidades perceptivo motrices (conciencia corporal, espacialidad y temporalidad) se trabajan por medio de los movimientos y gestos que se realizan como elementos para estructurar una danza, como lo plantean Viciana G. y otros<sup>23</sup>: “ Para el conocimiento y control de nuestro propio cuerpo surgen muchos ejercicios que desarrollaremos en las sesiones de Gimnasia-Jazz como son: movilizaciones segmentarias; ejercicios con diferentes implicaciones en el tono, contracciones y relajaciones a nivel global y segmentario, movimientos fuerte y relajados; ejercicios de educación postural y respiratoria, etc.”. Todo éste trabajo realizado desde la danza irá paulatinamente estimulando y desarrollando la capacidad de movimiento del niño, permitiéndole un mayor dominio de su cuerpo, propiciando una correcta ejecución motriz, mediada por el desarrollo óptimo de la coordinación.

---

<sup>23</sup> VICIANA y otros. Op.Cit., p. 222-223

## 6. LA MOTRICIDAD DEL NIÑO EN EDAD ESCOLAR

Es claro que al hablar del desarrollo de la motricidad se involucran diferentes esferas como la cognitiva, psicoafectiva y social entre otras, sin embargo dado que el niño realiza sus aprendizajes desde los mismos movimientos que ejecuta su cuerpo, se centrará este capítulo en exponer las características motrices del niño en edad escolar, características que nos permiten identificar quién es el niño en esta edad y como aprovechar los diferentes recursos con que se cuenta en la actividad dancística en pro de facilitar los procesos de su desarrollo sicomotriz.

El niño en edad escolar se ha caracterizado por un interés marcado en el movimiento, una vigorosa actividad dirigida hacia tareas concretas y juegos con reglas y en grupo que exigen habilidades motrices específicas. Tienen mucho deseo por hacer y participar en todo; las actividades en las que puedan mostrar sus destrezas y habilidades son de gran motivación para ellos.

El niño a partir de los seis años se encuentra en la etapa de las operaciones concretas, ya puede pensar de forma lógica, es capaz de utilizar el pensamiento para resolver problemas, puede usar la representación mental del hecho sin requerir operar sobre la realidad para resolverlo. Comprende los conceptos de tiempo y espacio, distingue la realidad y fantasía, aumenta su capacidad para almacenar y ordenar su memoria, se enriquece su vocabulario y hay un desarrollo de la atención.

En lo social, se caracteriza por un gran aumento en las relaciones interpersonales, el niño empieza a desenvolverse en un entorno cada vez más amplio, es éste un periodo de alta socialización en el que recibe influencia ya no sólo de sus padres, sino además de sus maestros y compañeros. Durante los primeros años escolares el profesor se convierte en un sustituto de los padres, un forjador de valores, un modelo a imitar y un colaborador en el desarrollo de la autoestima. Su labor es fundamental para la formación del niño, específicamente en la actividad deportiva. El aprendiz acude a su práctica motivado por el placer de ejecutar el deporte que le gusta y por su deseo de compartir con otros niños.

En lo afectivo la etapa escolar se caracteriza por ser un periodo de cierta calma. La mayor parte de la energía está concentrada hacia el mejoramiento de sí mismo, hay una búsqueda constante de nuevos conocimientos y destrezas.

El niño en edad escolar posee gran facilidad para caminar con soltura, correr, saltar y lanzar con equilibrio apropiado; habilidades que le permiten interactuar con sus compañeros a través del juego pedagógico y tradicional, convirtiéndose el juego en un espacio útil para su desarrollo integral, como lo plantea González<sup>24</sup>: “El juego motor es una actividad en la que intervienen todas las potencias físicas, motoras, cognitivas, afectivas y sociales del individuo, provocando su desarrollo y permitiendo su despliegue espontáneo, pleno y alegre”; sin embargo, se debe tener presente que en la actualidad el niño dedica poco tiempo al juego, “quizá por múltiples factores derivados de la industrialización, los niños de hoy en día juegan menos y cada vez más el tipo de juegos practicados son menos cooperativos”<sup>25</sup>.

El niño, que por naturaleza se caracteriza por su alta pulsión por el movimiento, se vuelve perezoso e incluso gusta más de actividades y juegos con poco o ningún movimiento, tales como los video juegos; en estas circunstancias la danza cobra vital importancia en un periodo de la vida del niño donde el desarrollo motriz, físico y mental que se logre estimular, tiene gran influencia en etapas posteriores del proceso de desarrollo psicofísico, el cual además condicionará de una u otra manera su desempeño tanto en su vida deportiva, como en su vida cotidiana.

En la actualidad, la vinculación de los niños a los procesos de iniciación y formación deportiva en las escuelas de fútbol se hace entre los 5 y 6 años, coincidiendo con el inicio del niño en la etapa de formación académica escolar, que va hasta los 11 ó 12 años, aproximadamente. Este periodo de su vida debe ser bien aprovechado para generarle los estímulos necesarios en función por propender por su adecuado desarrollo, es el momento apropiado para valernos de alternativas metodológicas como la danza que faciliten la creación de una amplia base motriz sobre la que posteriormente en su especialización

---

<sup>24</sup> GONZÁLEZ (1993) citado por VICIANA, Virginia y otros. Op.Cit., p. 16.

<sup>25</sup> CAMPO S., Gladys E. El juego en la educación Física. Colombia: Kinesis, 2000. p.11.

deportiva el niño pueda desarrollar todas la destrezas y habilidades propias del deporte que haya elegido, en nuestro caso el fútbol.

## 6.1 EL NIÑO A LOS 6 AÑOS DE EDAD

El sexto año de vida está caracterizado por una acelerada etapa de crecimiento, la estructura ósea y la musculatura empiezan a desarrollarse fuertemente, hay un mayor crecimiento de los segmentos corporales, brazos y piernas, en comparación con el crecimiento del tronco y el cráneo.

El niño no es muy fuerte ya que sus músculos no son bien desarrollados debido a que su sistema endocrino no ha alcanzado la madurez suficiente para desarrollar la fuerza muscular, pero posee muy buena capacidad de estiramiento muscular. El intelecto, las experiencias, los conocimientos y las capacidades de los niños se amplían de gran manera en este periodo. Empiezan a desarrollar su capacidad de autonomía e independencia; el ingreso a las actividades escolares determina en él la necesidad de empezar a desarrollar su sentido del deber y de responsabilidad.

El niño a los 6 años se mantiene jugando en todas partes, en actividad casi constante, de pie o sentado, tienen gran afán de movimiento y mucha alegría por competir. A esta edad son fáciles de motivar, gustan de las actividades en grupo; las actividades en la que se requiere la mutua cooperación son bien aceptadas y se alegran con los éxitos comunes, por eso se pueden emplear para el individuo o para el grupo formas de competición o bien juegos. Los más apropiados para esta edad son los ejercicios por pareja o juegos sencillos los cuales pueden ser utilizados para desarrollar algunas tareas de tipo motriz.

“En cuanto a la danza a esta edad se le debe dar a los niños movimientos sencillos y naturales: rodar, caminar, trastabillar, correr, saltar, hacer círculos en el espacio, moverse hacia delante, hacia atrás y hacia los lados. La danza en fila y en círculo también le permite desarrollar la conciencia espacial. A los niños pequeños se les puede enseñar ritmos básicos, pero no hay que ceñirse estrictamente a estos. Los juegos de improvisación y

movimiento, los juegos que utilizan elementos como pelotas y el bailar; historias o imágenes de animales, son excelentes maneras de que los niños descubran su propia expresión en el movimiento y se relacionen con otros”.<sup>26</sup>

Hay que tener presente el desarrollo evolutivo del niño en relación con las actividades a realizar, que han de darse de lo simple a lo complejo; empezar con movimientos que pongan en práctica inicialmente las habilidades básicas, las cuales en esta etapa ya deben tener bien desarrolladas, permitiendo su combinación para crear estructuras motrices que el niño luego va interiorizando como nuevos patrones de movimiento.

## 6.2 EL NIÑO A LOS 7 AÑOS DE EDAD

El instinto lúdico fuertemente desarrollado y el gran afán de movimiento son también característicos de esta edad. El niño juega por el placer de jugar; este gusto por el movimiento debe ser guiado por métodos, juegos y ejercicios propios de su edad.

Los niños ya no se mantienen en actividad permanente, pero mantienen su preferencia por el juego que involucre el movimiento; la coordinación de movimientos y la capacidad de concentración y de atención todavía están poco desarrollados. El desarrollo muscular no corresponde con el desarrollo en altura, no tiene marcada diferencia en lo morfológico en relación con el niño de 6 años; es notable el desarrollo de sus extremidades, tanto superiores como inferiores.

A los 7 años el niño empieza a edificar y mejorar el proceso de percepción rítmica, importante para el desarrollo de la capacidad rítmica, lo que va a favorecer una mejor disposición del niño hacia las actividades dancísticas.

---

<sup>26</sup> ZAPATA OSPINA, Gustavo Adolfo. Propuesta de inclusión de la danza en los programas de educación física de la educación básica primaria. Monografía de grado para optar el título de licenciado en educación básica énfasis en educación artística y cultural: Artes representativas. Facultad de artes sección teatro. Medellín: Universidad de Antioquia, 2003.



“Las clases de movimiento creativo o de pre-ballet son las mejores para los niños de esta edad. En ellas se pone énfasis en los movimientos naturales, la expresión libre, aprender a participar en grupo y juegos de improvisación donde se les estimula a inventar sus propios bailes. Las clases de pre-ballet introducen algunos pasos de ballet sencillos pero, nuevamente, dentro de una atmósfera de juego”<sup>27</sup>.

En nuestro medio se podría implementar para esta edad, además de los movimientos creativos, las rondas y actividades predancísticas, que quizá tendrían mejor acogida que el preballet.

Entre los 6 y 8 años de edad debe producirse el proceso de estructuración motriz<sup>28</sup>. Esta etapa es considerada como la más importante dentro del proceso de iniciación y formación deportiva debido a que en este periodo se debe estructurar la base motriz de una manera general. Por las características del desarrollo del niño de esta edad, no conviene todavía plantearles tareas donde el objetivo sea mejorar la técnica; en este momento el interés debe partir de mejorar y ampliar su bagaje motriz en un ambiente de disfrute y esparcimiento, en el que él va descubriendo sus posibilidades de movimiento, va mejorando su socialización y capacidades como la atención y concentración.

### 6.3 EL NIÑO DE LOS 8 A 10 AÑOS DE EDAD

Los 8 años constituyen una edad de consolidación orgánica y corporal, en la cual los diámetros biacromial y torácico aumentan en relación a la altura, aunque esto no significa una detención o meseta en el crecimiento general, pero su grado de crecimiento disminuye.

Tiene una mejor armonía corporal y una mejor proporción en cuanto a tamaño entre cráneo y cuerpo; posee un mejor tono muscular y efectúa de manera más fácil tareas que requieren de la utilización de la fuerza; el sistema nervioso se está acercando al punto crítico de madurez, lo que admite un ajuste cada vez mayor de los movimientos finos. Su capacidad

---

<sup>27</sup> *Ibíd.*, p.69.

<sup>28</sup> URIBE P, Iván D. *Op.Cit.*, p,25

física muestra un desarrollo considerable y sus movimientos corporales mejoran en especial en lo que tiene que ver con el equilibrio.

Tienen una alta capacidad de socialización, la amistad se caracteriza por relaciones más íntimas, compartidas con mutuo compromiso y en ocasiones posesivas. Entre los 8 y 10 años las opiniones de sus compañeros tienen importante incidencia en su imagen personal. En lo social el juego tienen un papel importante, hay respeto a la cooperación y a las normas o reglas.

A los 9 años comienzan a surgir los primeros rasgos del adolescente, los niños tienden a moverse más que las niñas, lo que los hace ver más fuertes y generalmente hacen más ejercicio que ellas.

Entre los 9 y 10 años el sistema nervioso central y periférico alcanza alrededor del 95 % de su madurez, lo que favorece los procesos de aprendizaje y desarrollo motriz; el niño en esta edad empieza a mostrar gran destreza y una mejor coordinación de sus movimientos, siente gusto por la competencia con sus amigos y compañeros de juego, su grado de socialización ha aumentado y disfruta en mayor medida de los juegos de conjunto. En esta edad el niño es capaz de enlazar dos o tres acciones básicas para constituir una frase de movimiento. Todo esto le va a permitir asimilar de mejor manera los contenidos propios de la actividad dancística y estructurar con más facilidad un esquema de movimiento.

#### 6.4 EL NIÑO DE 10 a 12 AÑOS

A los 10 años sigue progresando en su desarrollo motriz, hasta el punto de ser capaz de enfrentarse a tareas con un mayor grado de dificultad. .” Para esta edad es recomendable la danza contemporánea, ya que esta hace énfasis en la creatividad y la autoexpresión. Ella contiene una amplia gama de estilos y métodos de enseñanza para escoger”<sup>29</sup>

El niño entre los 10 y 11 años se caracteriza por su avidez por el juego y disfruta del movimiento libre. La coordinación motriz, la armonía muscular y las cualidades físicas

---

<sup>29</sup> *Ibíd.*, p.72.

empiezan a desarrollarse rápidamente. Se considera ésta como la mejor edad para el aprendizaje motor; las extremidades, en especial las piernas, crecen, su masa y fuerza muscular aumenta gradualmente.

Los niños a esta edad buscan el reconocimiento, quieren mostrar su habilidad y su destreza a través del movimiento, lo que favorece el refinamiento de los gestos motores. Tienen una extraordinaria capacidad de recuperación y quienes ejecutan alguna actividad deportiva muestran gran desempeño en situaciones que exigen su capacidad de resistencia aeróbica; parecen incansables.

A los 11 años se da una aceleración en la velocidad de crecimiento, que es más notorio en las niñas. Para este periodo es común que muchos niños se lamenten de dolor articular en especial a nivel de la rodilla, todo como producto del incremento en crecimiento corporal.

Para los 11–12 años el niño debe tener una elaboración definitiva del esquema corporal, disponiendo ahora de más argumentos que lo hace un ser más independiente y autónomo para su relación con el medio y los objetos.

Para este periodo los niños ya están aptos para adquirir habilidades específicas y en general se identifican ya con un solo deporte; el refinamiento o pulimiento de habilidades es propio de este periodo, permitiéndole alcanzar un mejor desempeño en la práctica deportiva de su elección, iniciando la etapa de **la especialización deportiva**<sup>30</sup>. Al finalizar el periodo escolar el niño debe estar capacitado para hacer frente a toda la preparación específica que comprende una disciplina deportiva.

---

<sup>30</sup> URIBE P, Iván D. Op.Cit., p,27

## 7. INFLUENCIA DE LA DANZA EN EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN

### 7.1 CAPACIDADES PERCEPTIVO – MOTRICES

Dentro de las ventajas que tiene la práctica de la danza, está la posibilidad de estimular la capacidad del individuo de conocerse a sí mismo en cuanto a su composición anatómica, explorar el espacio en el que se mueve, percibir cómo son sus movimientos y cómo se interrelacionan sus segmentos corporales en el espacio y en el tiempo para vivenciar su dinámica corporal. El fin de las capacidades perceptivo motrices (conciencia corporal, espacialidad y temporalidad) es permitirle al niño una correcta evolución en cuanto al conocimiento de su cuerpo, del espacio y el tiempo en que se dan sus movimientos.

#### 7.1.1 CONCIENCIA CORPORAL

También conocido como esquema corporal, es el conocimiento de toda la estructura corporal que hace el niño a través de su interacción con el medio en el cual se desenvuelve, permitiéndole identificar cada uno de los segmentos que lo componen. El conocimiento corporal se puede lograr con muchas de las actividades que se realizan en la práctica de la danza, pues en la misma se ejecutan una serie de tareas que se orientan al conocimiento de las diferentes estructuras corporales.

En los gestos motrices ejecutados en la danza, el niño utiliza todos y cada uno de sus segmentos corporales, permitiéndole experimentar los tipos de movimiento que puede realizar con cada uno de ellos, el grado de amplitud de sus articulaciones y las facilidades o dificultades para ejecutarlos; todo esto le sirve de estímulo para desarrollar su conciencia corporal.

Son necesarios para el conocimiento corporal los siguientes componentes: ajuste postural, relajación, respiración, control tónico y lateralidad.

El **control y ajuste postural** es uno de los componentes fundamentales del esquema corporal y hace referencia a la capacidad de adoptar y mantener diferentes posiciones,

garantizando la correcta posición del cuerpo con respecto a su centro de gravedad, tanto en movimiento como en posiciones estáticas; son componentes del control y ajuste postural el equilibrio, la tonicidad muscular y la posturalidad. Todas las mejoras en estos factores contribuirán finalmente a un mejor manejo corporal tanto en movimiento como en reposo, a desarrollar su expresión corporal y a realizar una mejor ejecución motriz.

El trabajo de **relajación** le permite al individuo tener un control físico y mental de su cuerpo, permitiendo un mejor funcionamiento de su organismo en su actividad fisiológica. “La relajación favorece un estado de conciencia que se caracteriza por un bajo tono muscular, por la disminución del tono cardíaco, por una mejor concentración y ritmo cardíaco y respiratorio, y por una mejor capacidad interoceptiva, exteroceptiva y propioceptiva”<sup>31</sup>. En la enseñanza de la danza, con las actividades de relajación se pretende que el niño tenga un mejor conocimiento de su cuerpo, un mayor control muscular a través de la regulación de sus movimientos y de sus estados estáticos, propiciando un mejor manejo de su cuerpo y de su entorno.

El control de la **respiración** es uno de los procesos fisiológicos que el individuo debe aprender a realizar, dado que éste influye de alguna manera en el acto motriz. Estimular los mecanismos de tipo fisiológico que le permiten al individuo tener un adecuado manejo de su proceso respiratorio es uno de los objetivos a lograr con la actividad dancística. Para el buen rendimiento motriz, es fundamental que el niño aprenda a realizar un correcto proceso respiratorio, pues éste también le permite regular su energía.

Cuando se habla de **lateralidad** se hace referencia a esa característica que todos poseemos de dominar un lado de nuestro cuerpo más que el otro, más conocida como lateralidad funcional. “Este predominio funcional está definido por la supremacía que un hemisferio cerebral ejerce sobre el otro, determinante para que el niño adquiriera una relación correcta con los objetos del mundo que lo rodea”<sup>32</sup>.

---

<sup>31</sup> GARCÍA RUSO, Herminia M. La danza en la escuela. España: INDE, 2003. p. 37.

<sup>32</sup> VICIANA G., Virginia y otros. Op.Cit. p.87.

La lateralidad no sólo se refiere al uso de las manos o de los pies como sucede en el fútbol; también involucra la dominancia que tiene cada individuo de una serie de partes del cuerpo distribuidos en pares simétricos, por ello se habla entonces de lateralidad de manos, de piernas, de giro, de capacidad ocular, de capacidad auditiva o, como se puede ver en el fútbol, donde los buenos cabeceadores generalmente se caracterizan por cabecear mejor de un lado que del otro.

La práctica de la danza le dará al niño la posibilidad de reconocer su lado dominante y su lado menos hábil. Al practicar los diferentes pasos, giros, saltos entre otros, va a desarrollar y mejorar la coordinación entre ambos lados del cuerpo, permitiéndole un mayor estímulo sobre su lado menos hábil, de tal modo que mejore la calidad de sus movimientos y adquiera un mejor control corporal, ejecutando una especie de entrenamiento bilateral, que favorecería una condición muy deseable en el futuro futbolista: ser ambidextro.

### 7.1.2 LA ESPACIALIDAD

La danza es una forma de expresión corporal compuesta por una variabilidad de movimientos de todos los segmentos corporales que se producen en un espacio y en un tiempo determinado. La espacialidad se divide en orientación espacial, estructuración espacial y organización espacial.

La **orientación espacial** nos permite ubicarnos en el espacio en relación con otros objetos; con la danza podemos desarrollar esa capacidad de orientación a partir de la oportunidad que tiene el niño de relacionarse con los objetos en el espacio, permitiéndole determinar cuál es su posición espacial en relación con los demás y cuál es el lugar en el espacio de sus compañeros con respecto a él, si están a su costado izquierdo o a su costado derecho, si están atrás o adelante, favoreciendo el desarrollo de la lateralidad.

La **estructuración espacial** nos da la noción de ubicación espacial, ocupación de espacio, movimiento en la relación con los demás; esta capacidad, bien importante en los deportes de conjunto para el buen funcionamiento colectivo, es posible mejorarla a través de la danza ya

que en la práctica dancística, bien sea en parejas o en grupos, se realizan movimientos en los se guarda ciertas distancias, acercamientos, alejamientos, cruces, giros, cambios de orientación, todos en función de tener una mejor relación espacial entre compañeros.

En el fútbol profesional es común ver equipos con muy mal despliegue de sus integrantes por el terreno de juego, producto de la mala ubicación de sus jugadores, en relación con sus compañeros, con los adversarios y con el balón; con el fin de mejorar este aspecto es necesario propender en la base por el desarrollo de una buena estructuración espacial para optimizar el desempeño de los futbolistas.

Un adecuado manejo del espacio le permitirá al jugador realizar movimientos más eficaces y evitar movimientos que le generen grandes gastos de energía, muchos de esos movimientos infructuosos para el rendimiento del equipo.

“La organización espacial, permite al niño distribuir el espacio partiendo de la orientación y estructuración espacial, y se basa en la vivencia motriz y perceptiva inmediata que el niño posee del espacio en sus edades iniciales (0-7 años), y en su capacidad de analizar estos datos perceptivos inmediatos con profundidad, elaborando relaciones espaciales de mayor complejidad (7 años en adelante)”<sup>33</sup>.

En la actividad dancística, y en la práctica deportiva en general, el trabajo en pro del desarrollo de esta capacidad debe realizarse a partir de los 7 años, cuando ya está el niño en capacidad de analizar y relacionar los objetos y sus propios movimientos en el espacio, lo que les permite ser más creativos y analíticos frente a las diferentes formas de movimiento a ejecutar.

### 7.1.3 TEMPORALIDAD

El niño primero adquiere su conciencia corporal, es decir, reconoce su cuerpo, el cual debe moverse en un espacio; realiza sus movimientos interrelacionándose con los demás objetos

---

<sup>33</sup> Ibid.

presentes en el espacio, esos movimientos se ejecutan con un orden y una duración, es esto a lo que se denomina tiempo y tiene su configuración en el ritmo.

El ritmo está presente en el movimiento, no se puede concebir la existencia del movimiento sin el ritmo y el buen desarrollo del ritmo conduce a una mejor realización del movimiento. “La estructura del tiempo de las diversas secuencias del movimiento corporal nos conduce a la capacidad de organización temporal que solemos entender por ritmo. El ritmo no es simplemente un factor perceptivo, sino que desempeña un papel fundamental en la mejora de los movimientos que hacemos de manera automática, a nivel inconsciente”<sup>34</sup>. El ritmo es un elemento importante para el desarrollo de la coordinación y tiene un papel fundamental en el movimiento que se ejecuta tanto en la danza como en la ejecución del gesto técnico en el fútbol. La práctica de la danza sin duda, permitirá el desarrollo del ritmo y con él, el desarrollo perceptivo motriz relacionado con lo temporal, y simultáneamente propicia la ejecución de un movimiento más armónico, necesario para mejorar la calidad del gesto motriz en el futbolista, quien en innumerables situaciones se ve sometido a encadenar diferentes tipos de acciones para resolver eficazmente frente al adversario, sucesiones de movimientos que de no estar mediadas por el ritmo resultarían inútiles, pues generarían respuesta ineficaces de parte de los jugadores.

En el fútbol formativo se cuenta con pocos medios para mejorar el ritmo del movimiento, de manera que es de gran utilidad el empleo de la danza para desarrollar en el niño tempranamente este importante elemento, permitiéndole el mejoramiento de su ejecución motriz. “Podemos observar que con una buena educación rítmica todo trabajo gimnástico o de otra índole se ve realizado, aliviado, pues a través del ritmo se automatiza el movimiento”<sup>35</sup>; el ritmo del movimiento debe ser estimulado para su adecuado desarrollo, sólo así se podrá ejecutar un gesto motriz con la fluidez necesaria para que la ejecución motriz siga una secuencia, un orden en el tiempo y en el espacio, imprimiéndole precisión y armonía a cada movimiento.

---

<sup>34</sup> CASTAÑER B., Marta. Expresión corporal y danza. España: INDE, 2002. p.64.

<sup>35</sup> ARAGÓN C., Pedro. VII Jornadas Unisport sobre educación física escolar. La danza en el diseño curricular de la educación física: iniciación. España: Unisport, 1991.



La danza se convierte en un excelente vehículo para optimizar el ritmo del movimiento, de tal modo que el niño tome conciencia de su propio ritmo para armonizar sus gestos motrices, desarrollando su sentido rítmico, su creatividad y ampliando y perfeccionando su base motora.

## 7.2 CAPACIDAD DE COORDINACIÓN MOTRIZ

En toda ejecución motriz vamos a encontrar una composición de movimientos constituido por diferentes fases y en las que debe haber una armonía y sincronización entre las diferentes partes del cuerpo que intervienen en la acción. La danza permite lograrlo más fácilmente, dado que los movimientos que componen la secuencia y distribución de los diferentes pasos a ejecutar involucran de manera global una combinación de los diferentes segmentos corporales: cabeza, hombros, tronco, cadera, brazos y manos, piernas y pies, los cuales deben moverse de manera armoniosa y coordinada.

Sí observamos un jugador que se dispone a rematar al arco un balón en movimiento, con el objetivo de anotar gol, podemos ver que ante la presión del rival debe actuar con prontitud para evitar su anticipo o bloqueo, debe calcular muy bien el espacio y el tiempo para impactar el balón en el momento justo y debe utilizar el gesto apropiado para ejecutar de manera precisa el pateo del balón.

El futbolista debe controlar muchos factores para resolver de manera eficaz cada una de las múltiples acciones de juego que se presentan durante un partido, donde el éxito dependerá de una excelente condición técnica y ésta de un adecuado desarrollo de la coordinación motriz.

Como plantea Legido<sup>36</sup>, en la preparación del joven futbolista se deben tener presente los tipos de coordinación a los que se debe orientar el trabajo en la formación del deportista: coordinación óculo-segmentaria, coordinación dinámica general y coordinación intergrupala.

---

<sup>36</sup> LEGIDO, J. C (1982) citado por CAÑIZARES M., José María. Fichas para el entrenamiento de la coordinación y el equilibrio. Sevilla: Wanceulen, 2000. p.24.

La **coordinación óculo segmentaria** .Es el ajuste de los pequeños grupos musculares de las extremidades necesarios en las tareas relacionadas con puntería y precisión, necesaria para manejar eficazmente y al mismo tiempo un segmento corporal y un móvil, con la interacción y el control de la vista; en el fútbol este tipo de coordinación es muy importante dado que deben regularse y ajustarse con precisión todos los movimientos que se realizan con cada uno de los segmentos corporales que intervienen en la ejecución motriz; sólo de esta manera se puede esperar que se resuelva de manera acertada cada situación de juego. En la práctica de la danza se plantean muchas tareas cuya finalidad es estimular la coordinación óculo-manual y óculo-pédica para mejorar la coordinación óculo-segmentaria.

En la práctica del fútbol el jugador debe tener un buen desarrollo de **la coordinación dinámica general**, por eso es importante que cuando el niño inicie su proceso de formación deportiva en este deporte, previamente tenga una buena experiencia motriz, pues en la ejecución de los gestos específicos del fútbol recurrirá a información que tiene almacenada a partir de su experiencia, información que utilizará para hacer los ajustes necesarios durante el aprendizaje de la técnica, para luego poder ejecutar con maestría cada gesto futbolístico.

Para **la coordinación intergrupala**, es necesario ejecutar tareas que permitan una buena compenetración entre los integrantes del equipo, que facilitará el desempeño individual y colectivo, y permitirá un mejor funcionamiento técnico-táctico, con movimientos más armónicos y fluidos, mejorando así el rendimiento del equipo. En el fútbol se habla de sociedades para expresar el grado de afinidad que existe entre dos o más jugadores, a la hora de juntarse para elaborar jugadas en las que cada jugador ejecuta correctamente su rol, de tal modo que la maniobra colectiva resulta eficaz para los intereses del equipo.

En la actividad dancística el trabajo por lo general se hace en grupo, y ello implica que haya una muy buena coordinación y comunicación, comunicación que es más de tipo motriz dado que cada participante aprende a interpretar los gestos y los movimientos de sus compañeros para poder interactuar en armonía con ellos; esté trabajo que se realiza en la danza beneficiará la actuación del niño en el fútbol, pues es importante que él aprenda a descifrar

los movimientos de sus compañeros, en una actividad en la que la comunicación verbal y motriz van a favorecer el trabajo de conjunto. En el fútbol actual se ha podido ver que la mayoría de los equipos que obtienen grandes resultados deportivos, se caracterizan por tener excelente unidad de intergrupala, con un alto grado de comprensión y entendimiento, favoreciendo así el comportamiento individual y el funcionamiento colectivo del equipo.

### 7.3 ESTIMULO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DEL DESARROLLO DE CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES POR MEDIO DE LA DANZA

En la edad escolar el niño se encuentra en una etapa significativa de su desarrollo en tanto está estructurando sus capacidades perceptivas motrices; las actividades orientadas a estimular su desarrollo favorecen poco a poco el desarrollo de capacidades coordinativas tales como la capacidad de regulación del movimiento, de adaptación y cambios motrices, la diferenciación, la ritmización, entre otras. Es importante enfatizar que a partir del desarrollo de las capacidades de percepción motriz el niño va organizando el mundo en el que se desenvuelve; sin embargo, aunque en la etapa de formación básica el objetivo no es el de enseñar el deporte como tal, es inevitable que el niño vaya desarrollando ese potencial coordinativo, que servirá de base para los procesos de especialización en etapas posteriores, aunque evidentemente en esta propuesta no es el objetivo principal dadas las características del desarrollo del niño.

En la formación del esquema corporal, uno de los factores que influyen en su desarrollo es la regulación tónica y el ajuste postural; la regulación del tono muscular permite que se desarrolle el control del movimiento haciendo apropiada la ejecución de las acciones motrices, “el tono muscular depende de la maduración neuromotriz, de la actividad física y está en función de la relación con el mundo exterior. Solamente un tono adecuadamente desarrollado permite una mejor actitud y un mayor dinamismo facilitando el progreso en los aprendizajes”<sup>37</sup>. Por lo anterior, se plantea desde las capacidades coordinativas, propuestas por el enfoque deportivista, que se habla de la Regulación del movimiento; las actividades dancísticas son de gran utilidad en el desarrollo de esta capacidad. Si se analiza durante el

---

<sup>37</sup> GARCÍA RUSO, Herminia M. Op cit. p, 36

proceso de enseñanza de la danza, cuando el profesor orienta a su alumno acerca de la ejecución de un movimiento y le corrige en la posición de sus miembros superiores e inferiores en relación con la secuencia de gestos, la amplitud de los mismos etc. lo que hace, es estimular el desarrollo del ajuste postural y el tono muscular.

La regulación tónica actúa en función de mantener la postura tanto en reposo como en movimiento, permitiendo un mejor ajuste postural y con él, el desarrollo del equilibrio. El desarrollo de la capacidad de equilibrio es de vital importancia, pues en la actividad balonpédica, la constante necesidad de controlar el balón con las extremidades inferiores, obligan al jugador a mantener el equilibrio sustentado solo en una de ellas. El equilibrio se puede estimular en la práctica dancística, a través de la realización de las variadas rutinas donde las diferentes posibilidades de movimiento que se ejecutan, bien sea sobre el suelo o algún otro elemento de apoyo, termina estimulando su desarrollo. La variación en altura o en amplitud del elemento (el suelo o un step) sobre el cual el niño realiza algunas rutinas coreográficas favorece el estímulo de la capacidad equilibrio.

Si bien la capacidad de adaptación y cambios motrices obedece a la mirada deportivista planteada por Ariel Ruiz Aguilera, en la actividad dancística, el niño puede estimular esta capacidad, dado que en ésta se ejecutan una serie de pasos y movimientos en relación con los compañeros y en relación con los ritmos musicales; el niño al bailar debe variar o modificar constantemente sus movimientos de acuerdo al movimiento de los compañeros y de acuerdo al ritmo de la música, estando esta capacidad de adaptación y cambios motrices, estrechamente relacionada con el esquema corporal, pues para ello el niño debe hacer conciencia de su cuerpo y de sus movimientos.

La capacidad de adaptación y cambios motrices es susceptible de ser estimulada de manera de indirecta, a través del trabajo que se realiza para el desarrollo de la espacialidad por medio de la danza, la cual comprende la orientación, la estructuración y la organización espacial, lo que además favorece el desarrollo de la capacidad de orientación, permitiendo al jugador de fútbol determinar sus movimientos en el espacio, en relación con la situación de

juego, la ubicación del balón y la posición de compañeros y adversarios en el terreno de juego; esta capacidad es desarrollada durante la ejecución de tareas que propicien el estímulo de las capacidades perceptivo motrices, que ayudan a que el individuo desarrolle una organización espacio temporal de la posición de su cuerpo en el espacio y de la posición espacial del cuerpo en relación con los demás objetos.

En el aprendizaje de la temporalidad, el niño incorpora la percepción sobre el orden o distribución cronológica en que suceden las acciones y su duración. El desarrollo de la temporalidad lleva consigo el desarrollo del ritmo y por lo tanto el estímulo de la capacidad coordinativa del ritmo, la cual juega un papel importante a la hora de ejecutar una acción motriz.

En el fútbol el manejo del ritmo en el gesto deportivo, en los desplazamientos durante el juego, son de vital importancia; acelerar, desacelerar, cambiar de velocidad en la ejecución motriz que dificulta la labor del adversario y le puede permitir al ejecutante sacar ventaja en cualquier situación de juego. La danza es un medio ideal para desarrollar el ritmo, permitiéndole al niño el contacto con el ritmo, con el orden en la secuencia del movimiento, con el aumento o disminución de frecuencia de estos, con el aprendizaje del movimiento rápido o lento, y con el cambio en la velocidad de su desplazamiento en el espacio.

La capacidad de anticipación es mirada desde dos posibilidades; la primera, en la anticipación que se da en las distintas fases del movimiento propio, y en la segunda, a la anticipación de los movimientos del medio externo (movimientos del adversario, movimientos de los compañeros, o movimientos del balón). El desarrollo de esta capacidad a través de la danza es bastante factible, pues en las actividades dancísticas la ejecución individual o colectiva (parejas, grupos) implica llevar una secuencia de movimientos ordenada y en fases; además, en lo colectivo se deben coordinar los movimientos propios anticipando o intuyendo los de la pareja o grupo de danzantes, para que haya armonía y estética en el conjunto de movimientos; esto implica en primer lugar una anticipación del propio movimiento durante la ejecución secuencial de los pasos que hacen parte de una danza; y en segundo lugar se debe seguir la secuencia del propio movimiento en relación con los movimientos del otro o

los otros, lo que implica anticiparse al movimiento grupal para que haya una correcta sincronización.

Durante el desarrollo de la temporalidad, la espacialidad y el esquema corporal el niño tiene la posibilidad de estimular el desarrollo de la capacidad coordinativa de diferenciación; capacidad que da consciencia al individuo para percibir en el movimiento las nociones de tiempo y espacio, así como las tensiones musculares que requiere un gesto para que en su realización global, pueda dar una respuesta motriz apropiada.

En el proceso de enseñanza de la técnica en el fútbol es común ver en el aprendiz la falta de precisión y la fuerza exagerada que le imprime a la ejecución motora, incluso en fases avanzadas del proceso enseñanza – aprendizaje, debido a que no tiene un adecuado control del movimiento, todo esto producto de la limitada experiencia motriz. La danza le permite al individuo el desarrollo de la capacidad de diferenciar qué tipo de movimiento parcial o global debe realizar durante la ejecución del movimiento, pues es constante el estímulo que el danzante produce en su organismo, realizando gestos que requieren una correcta diferenciación en el acto motriz. El control del tono muscular y la regulación del gesto motriz que se estimula con la actividad dancística, permiten una maduración neuromotriz necesaria para la correcta ejecución de las acciones motrices.

## 8. CONCLUSIONES

Las características del fútbol moderno determinan la necesidad de preparar al futbolista desde la iniciación de una manera integral, capacitándolo para responder acertadamente a todas las exigencias del fútbol actual, y para ello es necesario que el educador o entrenador deportivo plantee tareas que respondan a la alta demanda de experiencia motriz propia del niño, permitiéndole desarrollar, de manera óptima, su potencial innato en pro de perfeccionar su resolución motriz y el control de su cuerpo.

La danza es un recurso para enriquecer y ampliar la experiencia motriz del niño vinculado a los procesos formativos de las escuelas de fútbol, alternativa que proporciona los estímulos necesarios para desarrollar en el niño sus capacidades motrices, expresivas, cognitivas, síquicas y sociales; además, posibilita el aprendizaje de valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto, entre otros. Esta goza de un alto grado de aceptación social, su efecto integrador, excitante y relajante la convierten en un medio de expresión, de lenguaje, de comunicación y de desarrollo corporal con un alto potencial educativo; el provecho que se puede obtener de su práctica, en especial en los procesos de iniciación deportiva, hace de la danza un atractivo complemento de las actividades que cotidianamente desarrollan los centros de formación deportiva en fútbol.

El proceso de entrenamiento específico de la técnica debe estar precedido por un adecuado desarrollo motriz del niño, el cual puede, a través de un trabajo orientado hacia la formación multilateral o polideportiva, disponer de una amplia experiencia motriz que le permita desarrollar sus capacidades perceptivo motrices, necesarias para un óptimo desarrollo de su condición técnica e indispensable para su desempeño deportivo.

En la revisión bibliográfica se encontró escasa teoría sobre la relación entre la danza y el fútbol, o entre la danza y otros deportes; sin embargo través de esta bibliografía se ha podido determinar que existen ciertos aspectos comunes que relacionan la danza con el fútbol, para empezar, algunos gestos técnicos que se ejecutan en el fútbol tienen un gran parecido con muchos de los movimientos que se realizan en la danza. Hay algunos aspectos puntuales para determinar la existencia de algunas similitudes entre la danza y el fútbol como el

equilibrio, el ritmo y la espacialidad, elementos perceptivos motrices de gran importancia en ambas actividades del movimiento. Es conveniente que se continúe investigando con el fin de profundizar más en el tema y determinar la influencia, los efectos, ventajas y beneficios que se pueden obtener con la práctica de la danza no sólo en el fútbol, sino también en otros deportes.

La danza ofrece un medio ideal para mejorar la integración social del niño, su comunicación y su relación con sus compañeros de equipo. El entorno le permite crear y conocer habilidades que posee, explorar el espacio físico y social, vivir la relación de su cuerpo con el de los demás en un ambiente benéfico para su proceso formativo. Por otro lado el desarrollo cognitivo, sumado al estímulo de la capacidad de movimiento, físicas, expresivas y síquicas; dará como resultado un individuo que por sus progresos tenga una mejor percepción de sí mismo, con una mayor autovaloración, mayor autoestima, capaz de hacer un mejor aprovechamiento de sus cualidades corporales e intelectuales, lo que facilita un control y dominio de su cuerpo, una mejor regulación de sus energías, no solo en procura de un mejor rendimiento deportivo, sino también para tener un mayor bienestar personal en su vida cotidiana.

El interés desmedido del niño por el movimiento es un factor clave en la edad escolar, éste es un elemento muy importante en su desarrollo, y actividades como la danza le generan placer y la posibilidad de la relación directa con otros niños de su edad. Sin embargo por las características del niño Es importante hacer claridad en determinar la edad de los 9 años como la más adecuada para implementar la danza como coadyuvante en el desarrollo motriz del niño, ya que en esta edad son más receptivos a la realización de este tipo de actividades, como lo plantea Castañer<sup>38</sup>, quien sostiene que los niños con edades comprendidas entre nueve y once años son los que muestran un mayor grado de atención e interés por la práctica de la danza; además, de los nueve años en adelante, se tiene la ventaja de que el niño ya ha tenido experiencia con el movimiento, lo que le permite asimilar de mejor manera los contenidos propios de la danza, debido a que muchos de los gestos y movimientos dancísticos exigen cierto grado de dominio corporal. También para este periodo es

---

<sup>38</sup> CASTAÑER B., Marta, Op.Cit.



importante considerar el grado de maduración que alcanza el sistema nervioso central, dotado para este momento de una mayor sensibilidad para favorecer en él los procesos de enseñanza- aprendizaje.

Teniendo en cuenta que las escuelas de iniciación y formación deportiva en fútbol, vinculan niños desde los 5 y 6 años de edad, se debe considerar la posibilidad de iniciar con las actividades dancísticas a partir de esta edad, sin olvidar que el grado de dificultad de las actividades a realizar debe ir en relación a la edad y capacidad del niño, en un periodo de su vida en el que el objetivo del trabajo debe estar orientado a ampliar su experiencia motriz, centrado en el estímulo de las habilidades motrices básicas, que evidencian el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices.

## REFERENCIAS

ARAGÓN C, Pedro y otros. VII jornadas Unisport sobre educación física escolar. La danza en el diseño curricular de la educación física. España: Unisport, 1991.

BANGSBO, Jens. Entrenamiento de la condición física en el fútbol. Barcelona: Paidotribo, 2002.

BARCELOCA, LA CIUDAD DEL OCIO. El bailarín futbolista. Disponible en: <http://www.barceloca.com/dataDetails-8016/es-ES/El-bailar%C3%ADn-futbolista-barcelona.aspx>

BRAUBE, Jurgén y otros. El fútbol base: programa de entrenamiento. Barcelona: Paidotribo, 1994.

BRAVO, Mónica y MONGE, Sebastián. Efecto del entrenamiento de la gimnasia rítmica en la coordinación de futbolistas de ligas menores. Revista de fútbol y ciencia. Vol.1, No. 1 (2002). Costa Rica.

CAMPO, Gladys. El juego en la educación física. Colombia: Kinesis, 2000.

CAÑIZARES, José. Fichas para el entrenamiento de la coordinación y el equilibrio. España: Wanceulen, 2000.

CANTARETO, Carlos. Escuela de fútbol, del aprendizaje a la alta competición. España: Tutor, 1996.

CASTAÑER BALCELLS, Marta. Expresión corporal y danza. España: INDE, 2002.

CASTAÑER BALCELLS, Marta y CAMERINO FOGUET, Oleguer. Bailando en la escuela, el cuerpo expresivo. Material alternativo y percepción. España: INDE, 1992.

DEL PINO MEDINA, José. Influencia de las inteligencias múltiples en el rendimiento deportivo en fútbol. España: Universidad de Granada, Disponible en: [www.ugr.es/~setchift/docs/tesina\\_rendimientofutbol.doc](http://www.ugr.es/~setchift/docs/tesina_rendimientofutbol.doc)

FRANKLIN, Eric. Danza. Acondicionamiento físico. España: Paidotribo, 2006.

GARCÍA, Herminia. La danza en la escuela. España: INDE, 2003.

GOMA, Antonio. Manual moderno del entrenador de fútbol. España: Paidotribo, 1999.

JARAMILLO L., Sol Beatriz. Hacia una orientación de los procesos de educación del cuerpo por medio de las actividades expresivas y dancísticas: propuesta metodológica para el nivel básico (cuarto a noveno). Medellín: Universidad de Antioquia.

MUÑOZ, Luis A. Desarrollo infantil y educación física infantil. Colombia: Universidad Surcolombiana, 1990.

PONISIO, Julián. Cuerpos, estilos y emociones en los inicios de la práctica futbolística en Argentina y su relación con el tango. En: Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital. Año 10, No. 92 (Enero de 2006). Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd92/tango.htm>

PORTA, Manuel. La técnica individual y colectiva del fútbol. España: Impresión Sementeira, 1993.

RODRÍGUEZ A, Manuel Antonio. ¿Qué se entiende por música tropicalailable?

Disponible en: <http://www.musicalafrolatino.com>

RUIZ AGUILERA, Ariel. Metodología de la enseñanza de la educación física. Cuba: Pueblo y Educación, 1985.

SCHINCA, Marta. Expresión corporal. Técnica y expresión del movimiento. España: Gráficas Muriel, 2002.

UNISPORT. V Jornadas internacionales sobre danza jazz. España: Unisport, 1988.

URIBE P, Iván D. Centros de iniciación y formación deportiva. INDEPORTES Antioquia. Serie de publicaciones formativas y didácticas. 2002

VICIANA GARÓFANO, Virginia y otros. Las actividades coreográficas en la escuela. España: INDE, 2004.

WEINECK, Jurgen. Entrenamiento Total. España: Paidotribo, 2005.

YAGÜE, José y otros. Unidades didácticas para secundaria VII. Fútbol. Una propuesta curricular a través del juego. España: INDE, 1997.

ZAPATA O. Gustavo Adolfo. Propuesta de inclusión de la danza en los programas de educación física de la educación básica primaria. Medellín: Universidad de Antioquia, Facultad de Artes, 2003.