ANALISIS DE LOS TEST FISICOS, ESCUELA DDE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL SALA LA MESA

FORMADOR:
DIEGO FERNANDO RODRIGUEZ GUERRERO

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA- INDEPORTES CUNDINAMARCA.
COORDINACION DEL DEPORTE FORMATIVO
LA MESA CUNDINAMARCA
2022.

INTRODUCCION

Las escuelas de formación deportiva son programas, que sirven para brindar una formación integra para la vida y para el deporte, donde niños niñas y adolescentes se preparan en las diferentes categorías, iniciación, fundamentación y perfeccionamiento el cual les permite conocer uno o varios deportes con el fin de afianzarse en alguno de estos y poder demostrar todas sus habilidades y talento.

Se procedió a realizar los test físicos y medidas corporales, a los beneficiaros de cada grupo formativo de la escuela de formación de futbol sala, iniciación, fundamentación, perfeccionamiento. Se desarrolló de la siguiente manera. Peso corporal, talla perímetro de cintura, estatura sentado, envergadura test 20 mtr, test salto largo, salto vertical, shuttle run 4x10, test bastón, course navette 20 mtr.

Obtenida la información y teniendo en cuenta cada uno de los datos de cada deportista, se realiza un análisis con el fin de obtener las conclusiones de cada uno de los grupos.

JUSTIFICACION

Este proyecto se da con el fin a que se quiere obtener una base de datos de cada uno de los deportistas de la escuela de formación de futbol sala del municipio de La Mesa, el cual se quiere evidenciar resultados cuantitativos y cualitativos en cada uno de los deportistas, ya sean buenos, medio o bajo los resultados obtenidos sobre los demás, se debe seguir mejorando las planeaciones con el fin de que cada uno de los deportistas obtenga un mejor rendimiento.

De igual forma en año anteriores no se obtiene ninguna base datos de los deportistas de futbol sala en el cual por primera vez se realizan estas evaluaciones físicas por parte de Indeportes Cundinamarca en los sectores donde el formador se encuentra realizando sus clases. De igual forma cabe mencionar que a principio de años se realizó la primera toma de test, pero estos fueron erróneos por las diferentes razones. Par el mes de octubre se entregaron los mismos test pero se brindaron las especificaciones más claras para llevarlos a cabo en cada uno de los deportistas, en las diferentes categorías.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Llevar a cabo la implementación de los test, en cada uno de los deportistas con el fin de realizar un análisis de los resultados efectivos de cada niño de la escuela de futbol sala, dando prioridad al seguirme mejorando en su rendimiento deportivo individual y colectivo.

OBJETIVO GENERAL

Generar espacios de procesos formativos dentro de la escuela de formación de futbol sala en el Municipio de La Mesa.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Promover la práctica deportiva de una manera saludable
2. Identificar las fortalezas y debilidades de cada uno de nuestros deportistas
3. Mejorar y fortalecer los procesos de enseñanza de cada categoría del Municipio de La Mesa Cundinamarca.
4. Conocer y mejorar el estado físico de nuestros niños.

MARCO TEORICO.

DEPORTE FORMATIVO

Es aquel que se denomina como deporte escolar ya que tiene todas aquellas actividades lúdicas, motrices y deportivas que contribuyen al desarrollo integral del individuo. Esto tiene lugar como complemento al desarrollo educativo, que se implementan en las jornadas extraescolar para satisfacer sus necesidades e interés promoviendo la práctica deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre.

INICIACION DEPORTIVA:

La iniciación deportiva se perfila como un proceso necesario para la formación de nuevos talentos deportivos, pero a su vez como un elemento imprescindible para la creación de adultos sanos intelectual y motrizmente. Para Romero Granados (2001:22) define la iniciación deportiva como "la toma de contacto con la habilidad específica (deporte) en cualquier contexto (académico, federativo, etc.), pero respetando las características psicológicas y pedagógicas para el desarrollo global"

FUNDAMENTACION DEPORTIVA.

Es el proceso pedagógico que se relaciona con el desarrollo fisiológico del deportista, mediante el cual permite aprender, mejorar las capacidades físicas, técnicas en su deporte. Blázquez (2010) “caracteriza la formación deportiva como un proceso de socialización, un proceso de integración, un proceso de enseñanza–aprendizaje, un proceso de adquisición de capacidades, de habilidades, de destrezas, de conocimientos y de actitudes, un proceso de inclusión y de participación.”

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO.

Define el Perfeccionamiento Deportivo como: “La apropiación teórica y práctica con aspectos relacionados con la parte física y técnica en un deporte específico. Es clave porque marca la carrera deportiva del adolescente, pues el que es estrella comienza a mostrarlo desde esta edad de perfeccionamiento deportivo”. (Manno, 1991) es un proceso complejo de actuaciones cuya finalidad es enseñar la técnica deportiva y su perfeccionamiento, de una manera sencilla y articulada, individual, en grupo en equipo y que tiene tendencia al desarrollo de las cualidades psicofísicas orientadas al logro de resultados deportivos de máximo nivel, con relación a las capacidades del sujeto, grupo o equipo.

PESO CORPORAL:

El evaluado se coloca en el centro de la báscula, en una posición completamente erguida donde su mirada la debe llevar al frente para tener una toma exacta de su peso, instrumentos, bascula.

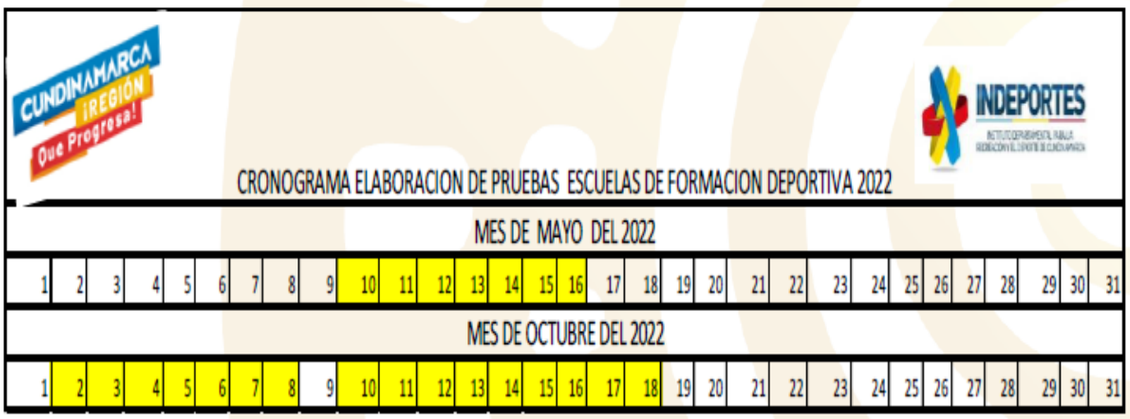
DISEÑO METODOLOGICO.

El desarrollo de la toma de los test físicos se llevó a cabo por medio de una capacitación que se brindó de parte de Indeportes el cual fueron bien específicos con la recolección de información de nuestros deportistas. Para esto se realizó la convocatoria de los niños de la escuela de formación de futbol sala en el cual por cada categoría se brindó la especificación de cada desarrollo de test, dando por consiguiente la información solicitada en la ejecución de cada una de estas pruebas. Por ende, se pudo observar los resultados de cada uno de nuestros evaluados en el cual algunos destacaron más que otros.

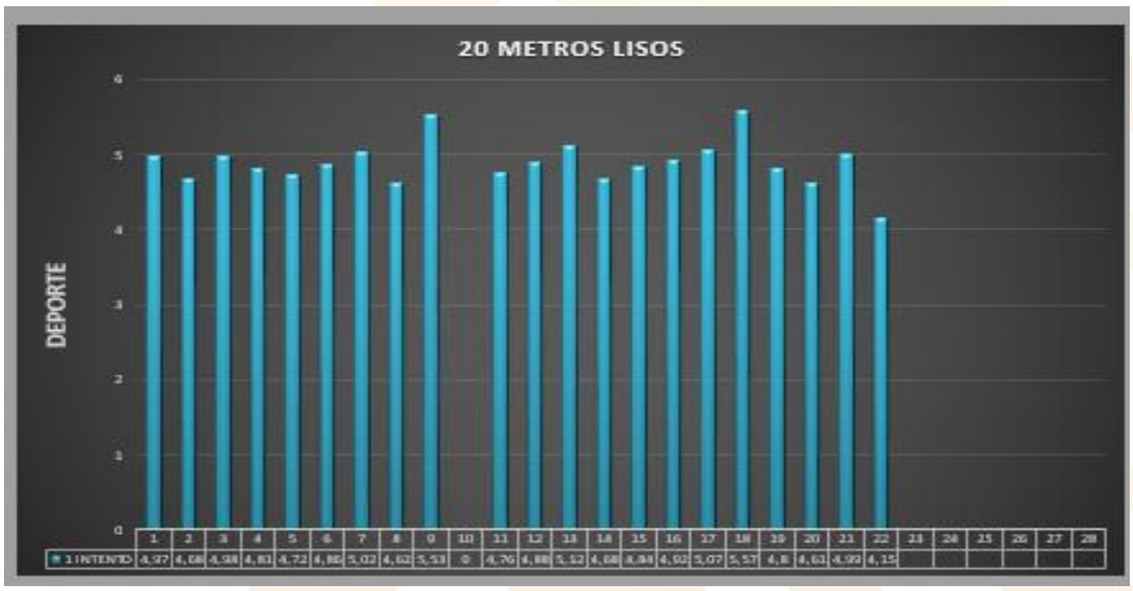
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

En el cronograma por parte de las escuelas de formación de Indeportes, se evidencia la primera toma de la batería de test que se realizó en el mes de mayo de los días 10-16.

La segunda toma de los test se evidencia la aplicación en el mes de octubre, en donde del 2 al 8 de octubre se realizaron los test en cada una de las sesiones de entrenamiento y del 10 al 18 se recolectaron los resultados que son la base de datos ayudando para la presentación del análisis de resultados de la escuela de formación de FUTBLO SALA del municipio de La Mesa.



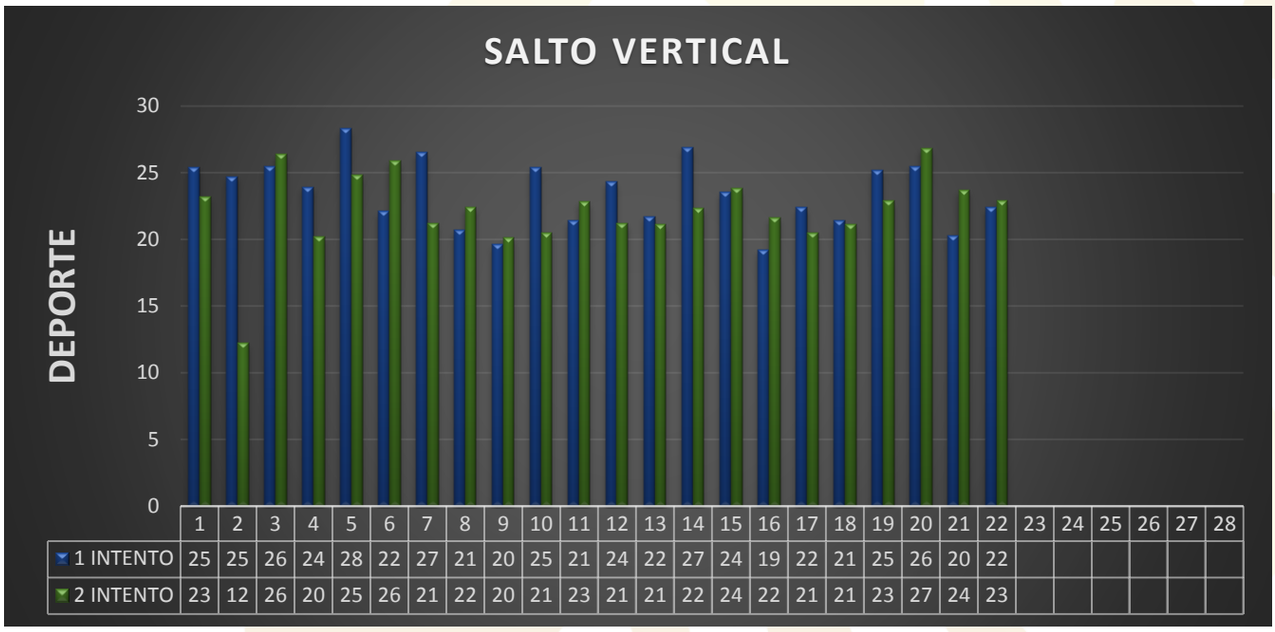
INTERPRETACION DE DATOS.



Se realiza la toma de test de los 20 mtr lisos largos a 22 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 18 niños y 4 niñas, el mejor resultado fue para Valeria Vanegas y para juan diego caro fue el peor resultado.



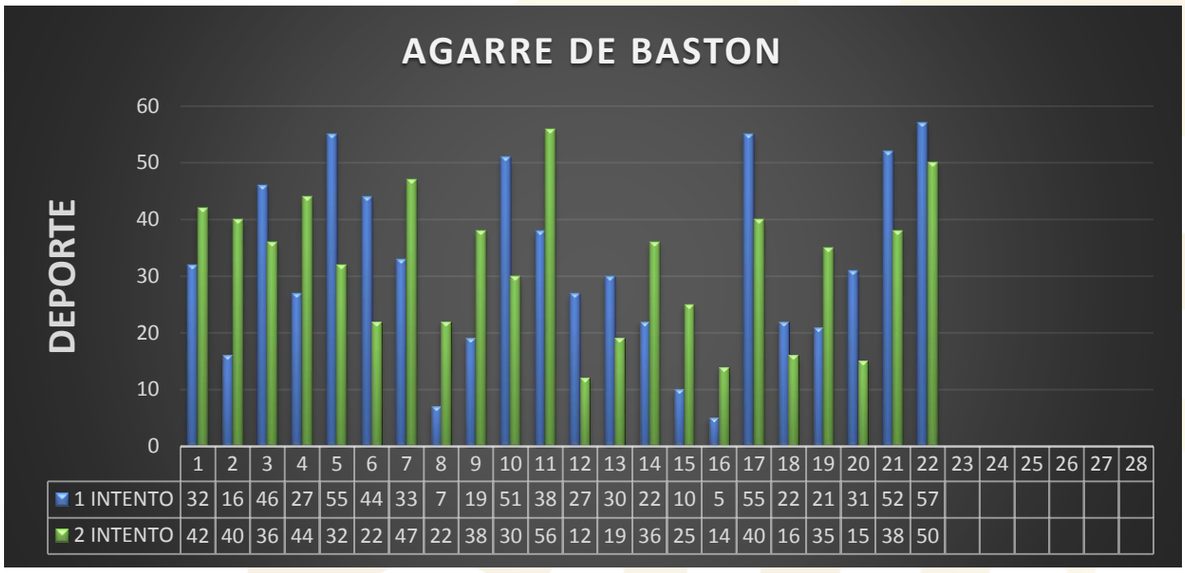
Se realiza la toma de test de salto largo sin impulso a 22 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 18 niños y 4 niñas, el mejor resultado fue para la niña karol campos, la menor distancia fue para pablo Emilio Pedraza.



Se realiza la toma de test de salto vertical a 22 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 18 niños y 4 niñas, el mejor resultado fue para el niño Matías sierra, la menor distancia fue para la niña salome Díaz



Se realiza la toma de test de shutter run 4x10 a 22 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 18 niños y 4 niñas, el mejor resultado fue para la niña salome diaz, el peor resultado fue para la niña Sofía Bohórquez

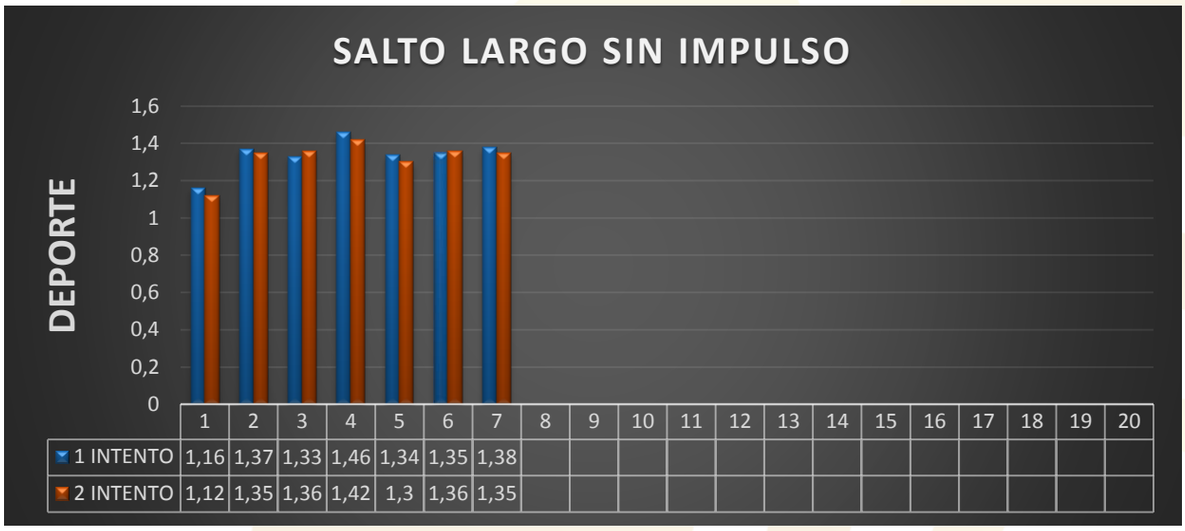


Se realiza la toma de test de agarre de bastón a 22 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 18 niños y 4 niñas, el mejor resultado fue para el niño Joan rojas, el peor resultado fue para la niña Valery Vanegas.

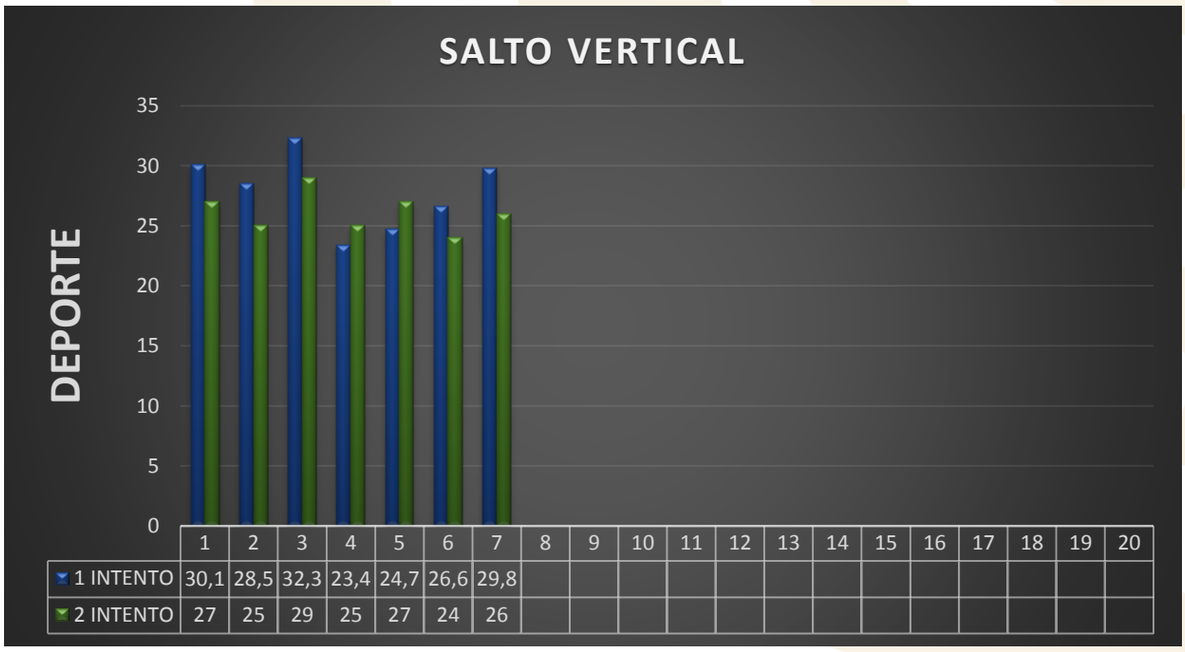
FUNDAMENTACION RESULTADOS GRAFICOS.
9-12 AÑOS



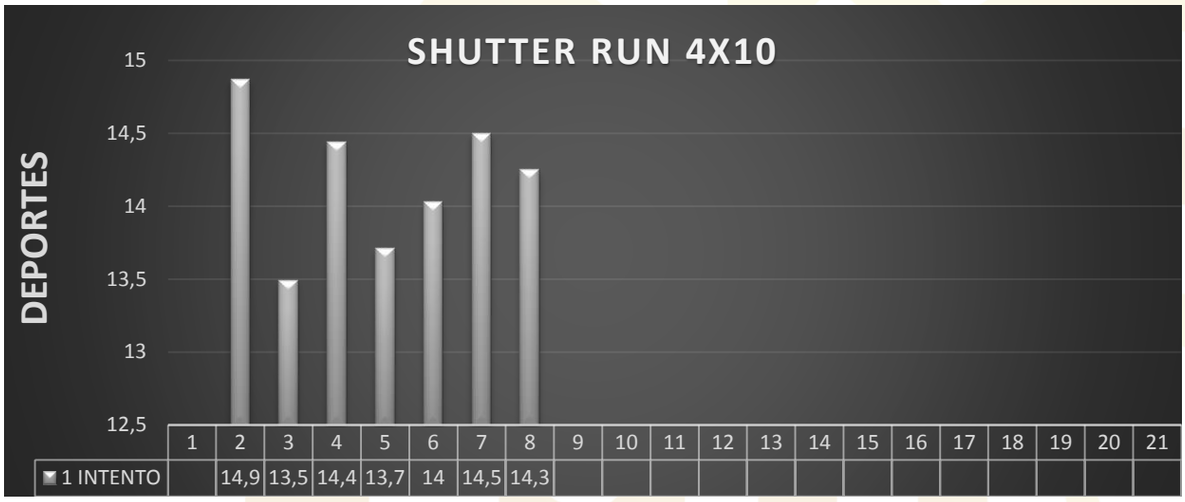
Se realiza la toma de test de agarre de bastón a 7 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 6 niños y 1 niñas, el mejor resultado fue para el niño Juan Gómez, el peor resultado fue para el niño jerónimo Gaitán.



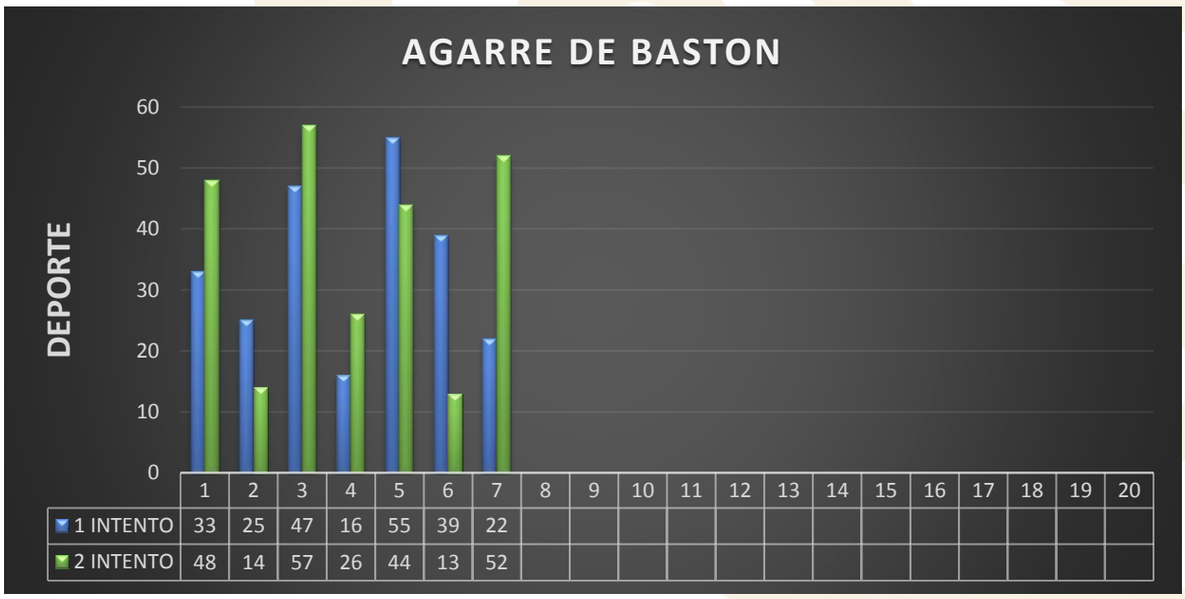
Se realiza la toma de test de salto largo sin impulso a 7 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 6 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Jerónimo Gaitán, el peor resultado fue para la niña mayerly Ibáñez.



Se realiza la toma de test de salto largo sin impulso a 7 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 6 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Julián Gómez , el peor resultado fue para el niño Jerónimo Gaitán



Se realiza la toma de test de shutter run 4x10 a 7 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 6 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan Gómez, el peor resultado fue para la niña mayerly Ibáñez



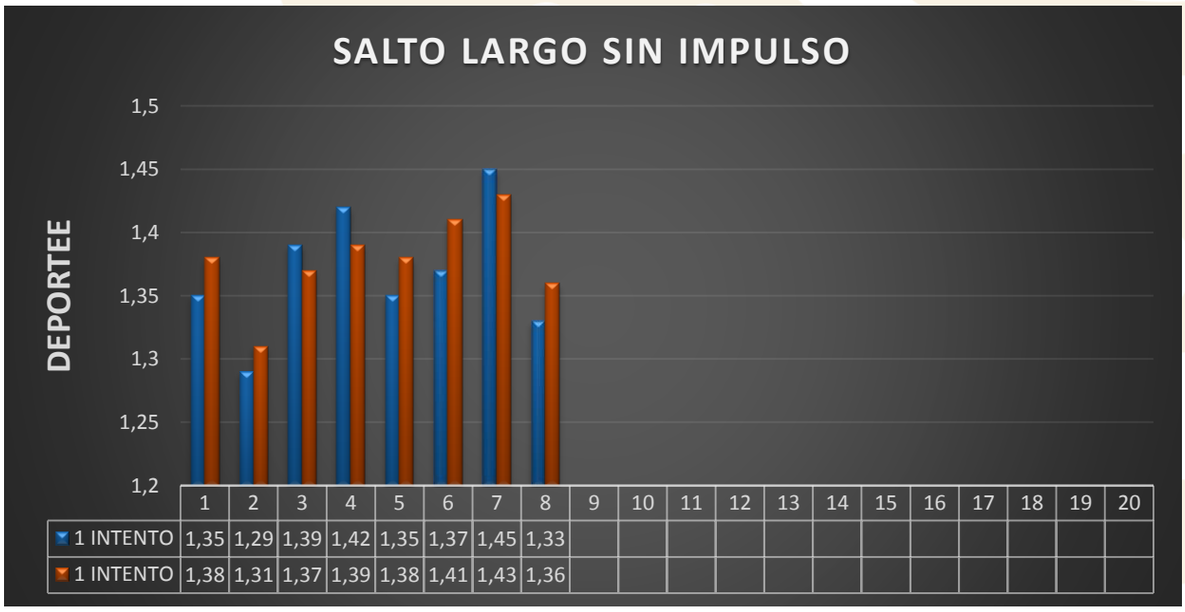
Se realiza la toma de test de agarre de bastón a 7 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 6 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan Guiza, el peor resultado fue para el niño Julián Gómez

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

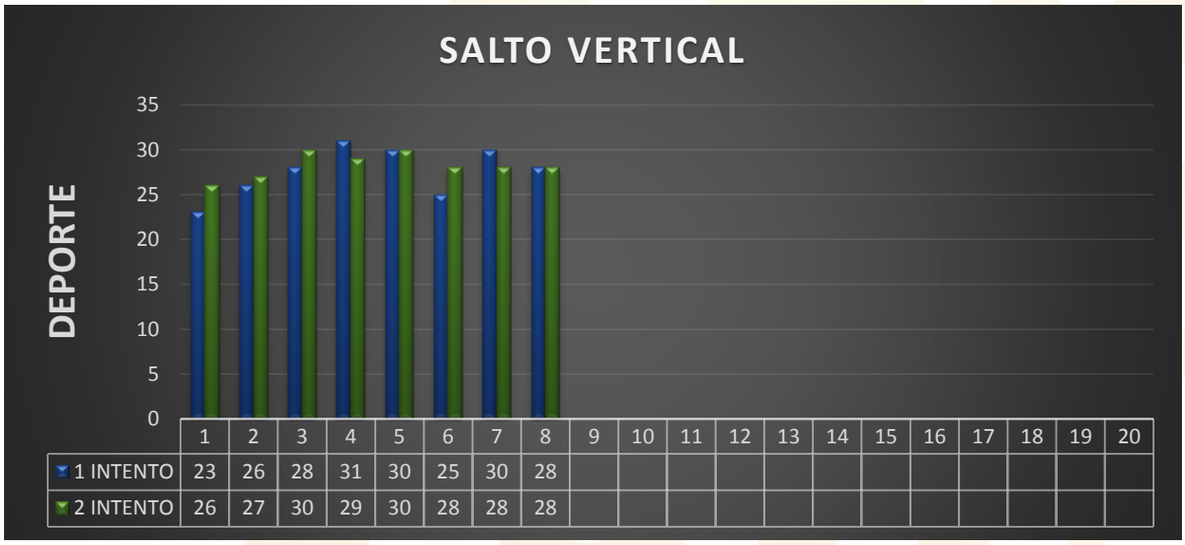
RESULTADOS TEST 11 A 13 AÑOS.



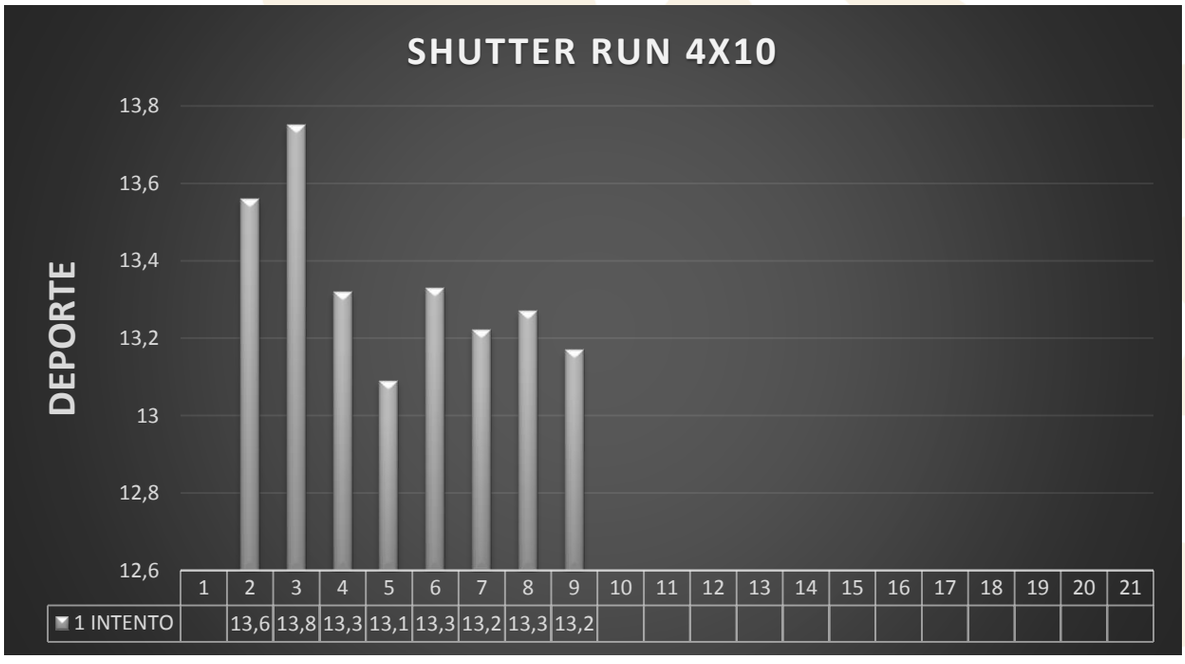
Se realiza la toma de test de 20 METROS LISOS a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 7 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan Pablo Rodríguez, el peor resultado fue para el niño Santiago Rojas.



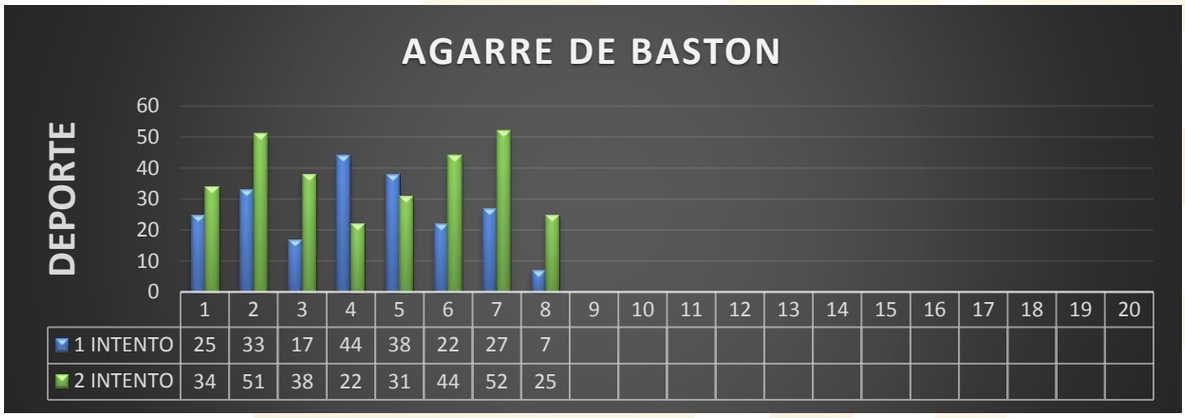
Se realiza la toma de test de SALTO LARGO SIN IMPULSO a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 7 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Cristian Cubillos, el peor resultado fue para el niño Sebastián García.



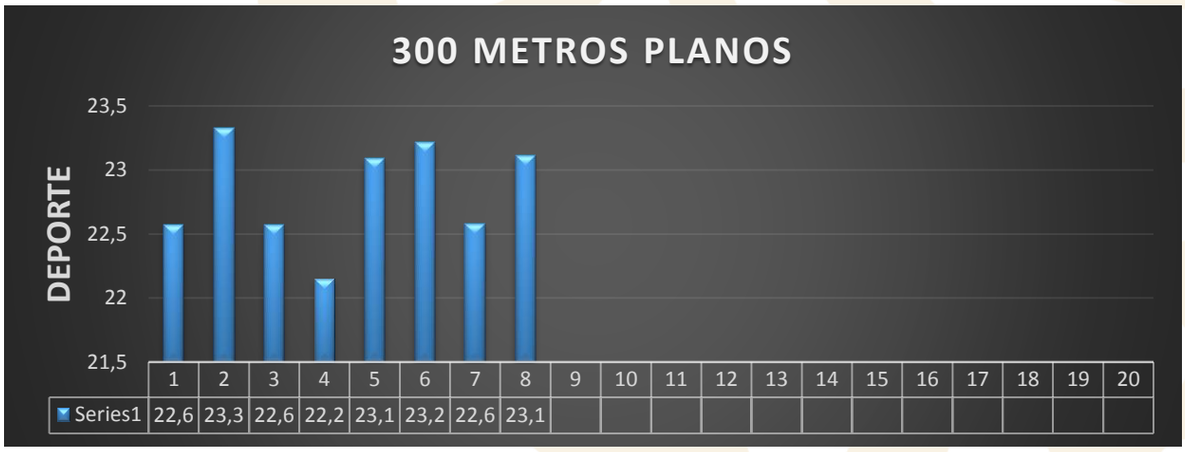
Se realiza la toma de test de SALTO VERTICAL a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 7 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan Pablo Rodríguez, el peor resultado fue para la niña Paula Díaz.



Se realiza la toma de test de SHUTTER RUN 4 X10 a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 7 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan Pablo Rodríguez, el peor resultado fue para el niño Sebastián García.



Se realiza la toma de test de AGARRE DE BASTON a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 7 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan David Paz, el peor resultado fue para el niño Cristian Cubillos.



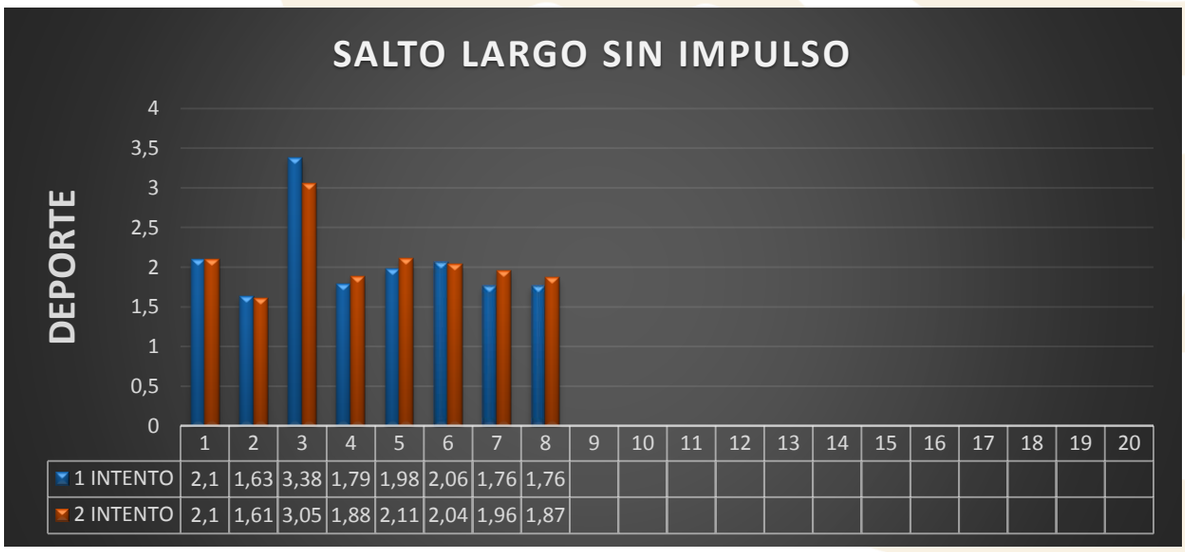
Se realiza la toma de test de 300 MTR PLANOS a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 7 niños y 1 niña, el mejor resultado fue para el niño Juan Pablo Rodríguez, el peor resultado fue para el niño Sebastián García.

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

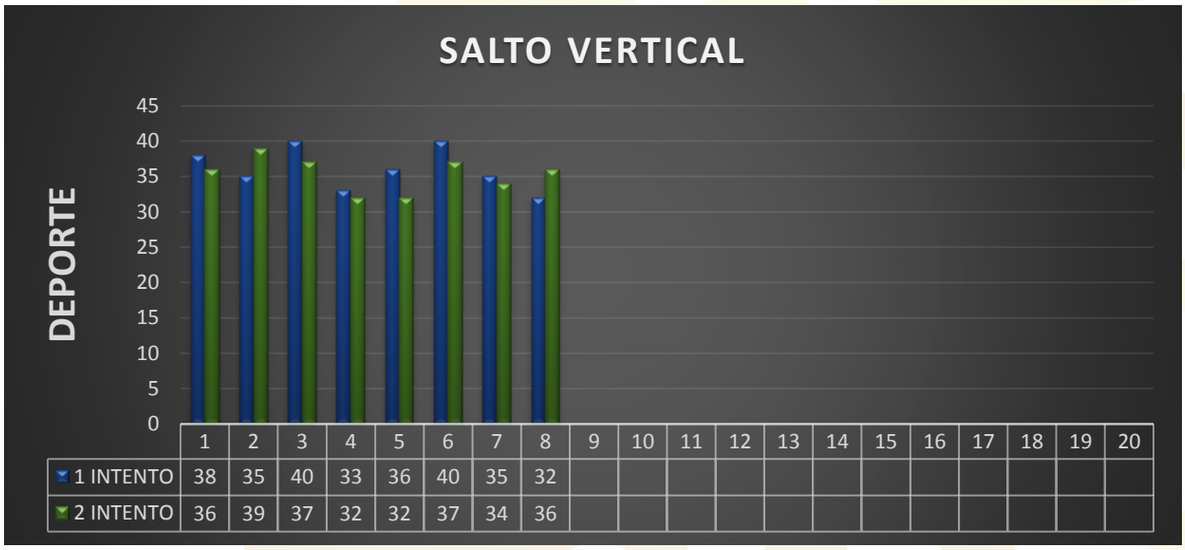
RESULTADOS DE PERFECCIONAMIENTO.



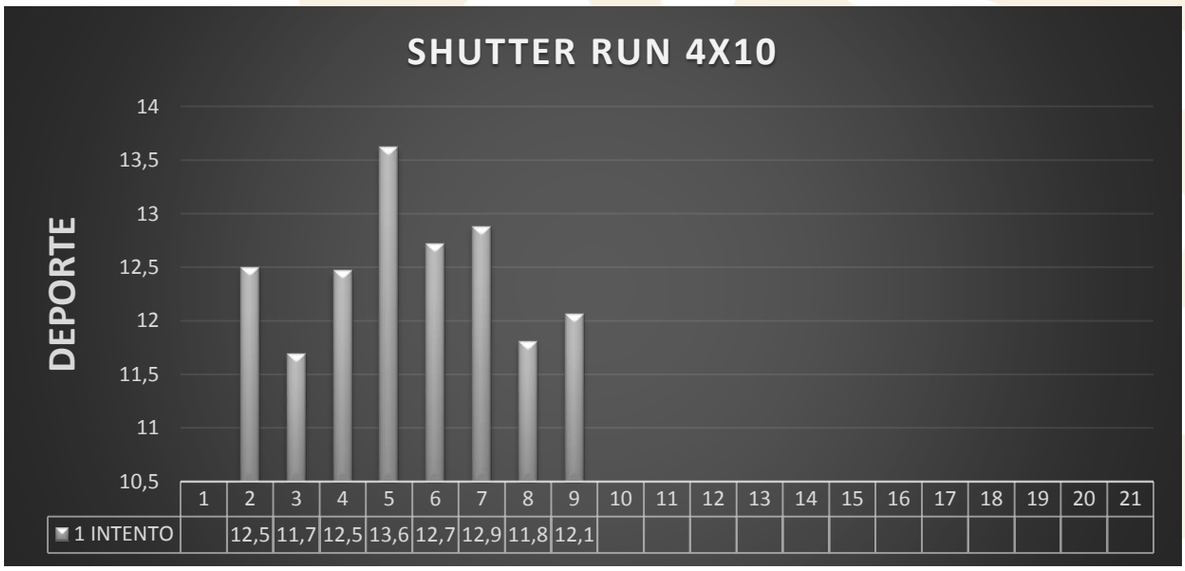
Se realiza la toma de test de 20 MTR LISOS a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 8 niños, el mejor resultado fue para el niño Cristian Morantes, el peor resultado fue para el niño Julián Jiménez.



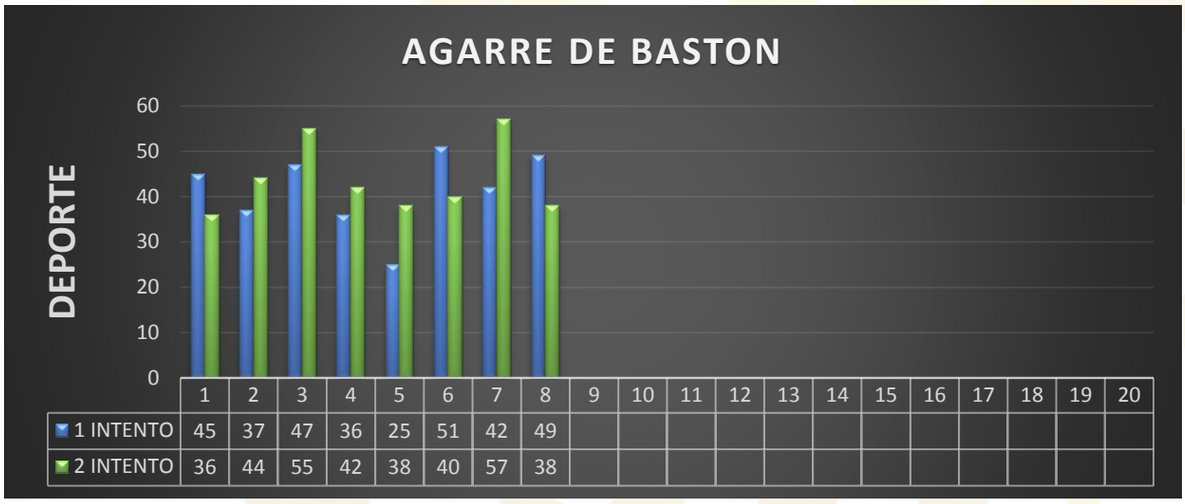
Se realiza la toma de test de SALTO LARGO SIN IMPULSO a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 8 niños, el mejor resultado fue para el niño Cristian Morantes, el peor resultado fue para el niño Julián Jiménez.



Se realiza la toma de test de SALTO LARGO SIN IMPULSO a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 8 niños, los mejores resultados fueron para el niño Cristian Morantes y Kevin Martínez, el peor resultado fue para el niño Pablo Ortega.



Se realiza la toma de test de SHUTTER RUN 4 X 10 a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 8 niños, el mejor resultado fue para el niño Cristian Morantes, el peor resultado fue para el niño Pablo Ortega.



Se realiza la toma de test de AGARRE DE BASTON a 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala, 8 niños, el mejor resultado fue para el niño Cristian Murcia, el peor resultado fue para el niño Johan Ramírez.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

PERIMETRO DE CINTURA





PESO





TALLA



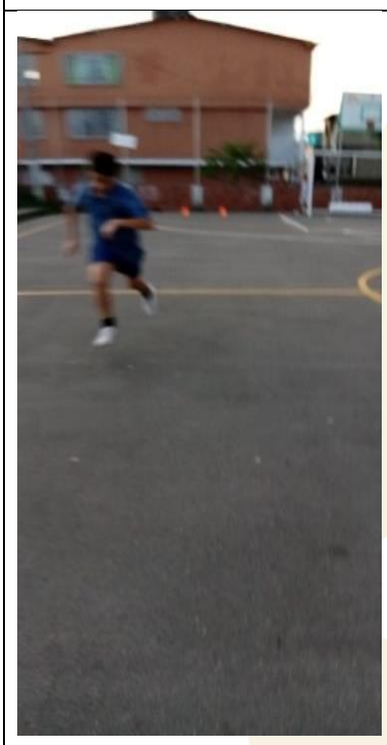


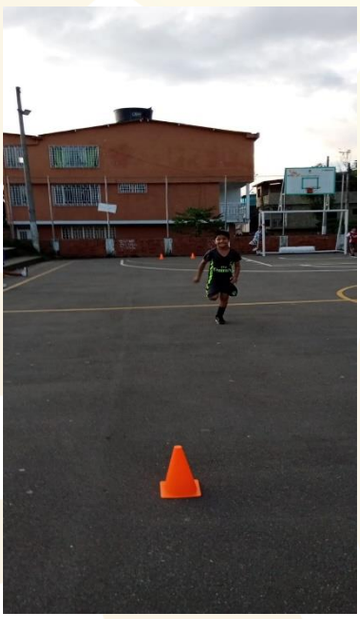
SALTO SIN IMPULSO





TEST VELOCIDAD 20 MTR







SHUTTER 4 X 10







AGARRE DE BASTON







ESTATUR SENTADO







Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co