



Selección de posibles talentos deportivos en la Educación Física en niños de la escuela de Educación Básica Teniente Hugo Ortiz

Selection of potential sports talents in Physical Education for children at the Teniente Hugo Ortiz Basic Education School

Seleção de potenciais talentos desportivos em Educação Física para crianças da Escola de Educação Básica Teniente Hugo Ortiz

Dennys Patricio Bonilla-Oñate ^I
dennys.bonilla.60@est.ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0009-9738-6387>

Danilo Santiago Reinoso-Venegas ^{II}
danilo.reinoso.52@ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-8251-3867>

Correspondencia: dennys.bonilla.60@est.ucacue.edu.ec

Ciencias del Deporte
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 10 de marzo de 2025 * **Aceptado:** 23 de abril de 2025 * **Publicado:** 13 de mayo de 2025

- I. Magister en Gestión Educativa, Licenciado en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo, maestrante del programa de maestría en Educación Física y Entrenamiento Deportivo de la Universidad Católica de Cuenca, Azogues, Ecuador.
- II. Magíster en Educación Física y Entrenamiento Deportivo, Licenciado en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo mención Fútbol y Preparación y Acondicionamiento Deportivo, Director de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Católica de Cuenca, Macas, Ecuador.

Resumen

Este estudio evaluó la eficacia del método Alpha--Fitness para la detección temprana de talentos deportivos en 20 estudiantes de 7 a 10 años en la Escuela de Educación Básica Teniente Hugo Ortiz. Mediante un diseño descriptivo transversal, se aplicó la batería Alpha --Fitness, una herramienta validada que mide capacidades físicas y motoras fundamentales. Los resultados revelaron diferencias significativas en el rendimiento entre géneros y la identificación de cinco estudiantes con alto potencial deportivo. El análisis estadístico demostró correlaciones clave entre variables antropométricas (peso, estatura) y de rendimiento físico (fuerza, velocidad, resistencia aeróbica). Se evidenció que el método Alpha --Fitness proporciona datos objetivos y fiables para la selección de talentos, superando las limitaciones de evaluaciones subjetivas. La detección precisa permite intervenciones personalizadas, como el programa de ejercicios anaeróbicos propuesto, maximizando el potencial atlético.

Palabras claves: Educación Física; Resistencia; Ejercicios; Propuesta.

Abstract

This study evaluated the effectiveness of the Alpha-Fitness method for the early detection of athletic talent in 20 students aged 7 to 10 at the Teniente Hugo Ortiz Elementary School. Using a cross-sectional descriptive design, the Alpha-Fitness battery, a validated tool that measures fundamental physical and motor abilities, was applied. The results revealed significant differences in performance between genders and the identification of five students with high athletic potential. Statistical analysis demonstrated key correlations between anthropometric variables (weight, height) and physical performance (strength, speed, aerobic endurance). It was evident that the Alpha-Fitness method provides objective and reliable data for talent selection, overcoming the limitations of subjective assessments. Accurate detection allows for personalized interventions, such as the proposed anaerobic exercise program, maximizing athletic potential.

Keywords: Physical Education; Endurance; Exercises; Proposal.

Resumo

Este estudo avaliou a eficácia do método Alpha-Fitness para a detecção precoce do talento atlético em 20 alunos dos 7 aos 10 anos da Escola Primária Teniente Hugo Ortiz. Utilizando um desenho

descriptivo transversal, foi aplicada a Alpha Fitness Battery, uma ferramenta validada que mede as capacidades físicas e motoras fundamentais. Os resultados revelaram diferenças significativas no desempenho entre géneros e a identificação de cinco alunos com elevado potencial atlético. A análise estatística demonstrou correlações importantes entre as variáveis antropométricas (peso, altura) e o desempenho físico (força, velocidade, resistência aeróbia). Foi demonstrado que o método Alpha-Fitness fornece dados objetivos e fiáveis para a seleção de talentos, ultrapassando as limitações das avaliações subjetivas. A deteção precisa permite intervenções personalizadas, como o programa de exercício anaeróbico proposto, maximizando o potencial atlético.

Palavras-chave: Educação Física; Resistência; Exercícios; Proposta.

Introducción

La detección temprana de talentos deportivos es fundamental para formar el desarrollo de deportistas de alto rendimiento. En este contexto, el método Alpha- Fitness se presenta como una herramienta innovadora y eficaz para evaluar y seleccionar posibles potenciales talentos deportivos en niños y niñas. Este estudio se enfoca en la aplicación de dicho método en las clases de educación física, en estudiantes de 7 a 10 años de la Escuela de Educación Básica Teniente Hugo Ortiz, durante el año lectivo 2024-2025.

El método Alpha- Fitness, diseñado específicamente para evaluar capacidades físicas y motoras, proporciona un perfil detallado de cada estudiante, facilitando la identificación de aquellos con un alto potencial deportivo. Su implementación en el ámbito escolar no solo contribuye a la detección de talentos, sino que también fomenta la actividad física y el desarrollo integral de los niños y niñas.

Ante los desafíos asociados a la escasa masificación deportiva, causada en gran medida por la falta de diagnóstico y orientación adecuada hacia el aprendizaje de disciplinas deportivas, este estudio busca abordar dicha problemática. Su objetivo principal es analizar los resultados obtenidos mediante la aplicación del método Alpha- Fitness en las clases de educación física, evaluando su eficacia en la selección de posibles talentos deportivos.

Así también, se pretende ofrecer una base científica que respalde el uso de este método en otras instituciones educativas, con miras a fortalecer el deporte escolar y optimizar los procesos de identificación de futuros atletas. Este enfoque podría sentar las bases para un sistema más inclusivo y eficiente en el desarrollo del talento deportivo desde edades tempranas.

En la Escuela de Educación Básica Teniente Hugo Ortiz, de la ciudad de Ambato, no se ha realizado hasta el momento una actividad que permita diagnosticar y determinar una posible inclinación hacia alguna disciplina deportiva con base en las características físicas y somatotipo de los estudiantes en los diferentes subniveles educativos, mediante las clases de Educación Física.

En cuanto a la selección de talentos y sus variantes, se destacan las obras de Battle (1982); Fernández (1996); Ilisástegui, Fleitas, y Ilisástegui (2001), lo que contribuye a una mejor comprensión del tema. Por otro lado, Rodríguez (2010) afirma que la selección de talentos es un proceso dinámico y continuo, vinculado a los factores de maduración y desarrollo natural. Por su parte, Echevarría (2020), destaca en sus trabajos la ausencia de pruebas físicas y deportivas que permitan detectar desde el inicio las verdaderas potencialidades de los talentos hacia un deporte específico, ya que la selección y la identificación de estas habilidades suelen ocurrir a lo largo del proceso formativo del atleta. A partir de lo expuesto anteriormente, se coincide con estos planteamientos y se enfatiza la importancia de establecer una uniformidad conceptual en las estructuras adoptadas, con el objetivo de garantizar la continuidad en el proceso de selección deportiva, especialmente en su etapa inicial.

Según Battle (1982) la selección deportiva constituye un complejo desarrollo de un programa tanto a nivel técnico, directivo, investigador y científico, lo cual permite identificar a los mejores deportistas, lo cual da paso a la selección de los más capacitados en cuanto a deportes determinados. Considerando que el presupuesto teórico utilizado en la investigación es acertado. Basándose en los criterios de los autores mencionados previamente, se comprende que este proceso adopta un enfoque bio-psico-social y pedagógico, orientado a la identificación de posibles talentos deportivos; este enfoque incluye la evaluación de resultados obtenidos a partir de pruebas que se comparan con normativas previamente establecidas en diversas disciplinas deportivas. Estos autores resaltan la relevancia de las pruebas y controles en el proceso de selección de talentos deportivos. Sin embargo, se señala que los procedimientos actuales requieren un enfoque pedagógico más sólido o deben perfeccionarse para maximizar las potencialidades adquiridas durante la etapa de iniciación deportiva, incluso en disciplinas deportivas distintas. Por otra parte, Mahmoud (2009), en su tesis doctoral titulada Estrategia para la selección deportiva inicial en la gimnasia artística masculina, la define como una categoría de la Cultura Física que es, ante todo, un componente del sistema de preparación deportiva, un proceso donde interactúan las posibilidades y condiciones de los sujetos para la práctica deportiva, que se concreta a partir de un

sistema de medidas organizativas, metodológicas y criterios para la detección, selección y seguimiento del talento deportivo. Mientras que Tamayo, Echevarría, y Jeffers (2018), advirtieron la necesidad de que este proceso cobre mayor interés en la comunidad deportiva actual, ya que las exigencias desde el punto de vista competitivo son cada vez mayores y obligan a una mirada desde la iniciación deportiva del talento deportivo, siendo está considerada como la primera etapa en el proceso pedagógico del entrenamiento deportivo. El análisis de los antecedentes facilitó una comprensión más profunda de las características propias de la iniciación deportiva y del proceso de selección y desarrollo del talento deportivo, destacando la importancia de los procedimientos de seguimiento, control y reorientación en este ámbito.

En Ecuador, el ámbito deportivo aún enfrenta desafíos significativos en cuanto a la detección, identificación, atracción y selección de talentos. Esto se evidencia en la limitada comprensión de los procesos fundamentales relacionados con la teoría, la metodología y la gestión de la medición deportiva, que con frecuencia carecen de rigor y se basan en enfoques subjetivos.

En todos los niveles de desarrollo deportivo (nivel de educación, iniciación deportiva) la necesidad de identificar talentos deportivos mediante pruebas validadas para obtener mejores resultados (Teneta, s.f.).

La selección del talento se considera un proceso sistemático y complejo que consta de diferentes etapas, en el que sobresale la fase inicial de identificación y detección, necesaria para la obtención de un resultado final o del éxito a largo plazo del prospecto. Esta etapa se asocia al comportamiento de otros criterios de orden físico, técnico psicológico y cognitivo, compartido por Noa (2011), y Sánchez-Córdova (2020).

Métodos

Método y participantes: Se diseñó un estudio descriptivo transversal. La población estuvo conformada por niños y niñas de 7 a 10 años; y la muestra por 20 estudiantes de la Escuela de Educación Básica “Teniente Hugo Ortiz” del año lectivo 2024 – 2025, dividido en 8 estudiantes masculinos que corresponde al 40% y 12 estudiantes femeninos que corresponde al 60%, con una edad promedio de 8 años, considerando la participación voluntaria del estudiantado, para ello se contará con el consentimiento informado de los padres o tutores legales.

Instrumentos: Se hará uso de la batería ALPHA--Fitness, dado que la misma ha sido validada para evaluar la condición física en relación a la salud tanto de niños como adolescentes, lo cual otorga resultados seguros y fiables (Ruiz et al., 2011).

La aplicación de la batería ALPHA--Fitness (versión reducida) se llevará a cabo en las inmediaciones de la institución educativa, siguiendo las directrices establecidas para cada prueba. Las evaluaciones se realizarán durante la jornada matutina, asegurando que se cuenten con las condiciones óptimas para su ejecución y minimizando posibles interferencias con otras actividades académicas.

Pruebas a aplicar

- **Medición antropométrica:** Se registrará el peso corporal (en kilogramos) y la estatura (en centímetros) de cada uno de los estudiantes. A partir de estos datos, se podrá calcular el Índice de Masa Corporal (IMC) por medio de la fórmula: $IMC = \text{peso (kg)} / [\text{estatura (m)}]^2$ (Ruiz et al., 2011).
- **Evaluación de la fuerza muscular:** Salto de longitud a pies juntos: en base a un punto fijo (posición estática), el estudiante realizará un salto hacia delante con ambos pies, la medida se realizará desde la línea de despegue hasta el talón más cercano en centímetros.
- **Evaluación de la capacidad cardiorrespiratoria:** Test de ida y vuelta de 20 metros (Course Navette): reside en correr entre dos líneas separadas por una distancia de 2º metros al ritmo de las señales acústicas las cuales aumentan de manera progresiva su frecuencia. En esta prueba se considerará el número de etapas completadas de cada uno de los estudiantes.
- **Evaluación de la agilidad y velocidad:** Test de velocidad/agilidad 4x10 metros: en este caso el estudiante tendrá que correr ida y vuelta entre dos líneas separadas por 10 metros, hasta completar un total de 4 recorridos, es decir, 40 metros en total. Para esta prueba se medirá cuanto tiempo en segundos tarda en completar la prueba.

Procedimiento.- Los criterios de inclusión general del estudio fueron la autorización del centro educativo, el consentimiento informado por escrito de los padres o tutores legales de los estudiantes, y la participación voluntaria de estos. En cuanto a los criterios de exclusión, se incluyó la presencia de alguna enfermedad o lesión de los estudiantes durante el desarrollo del estudio. En cuanto a la información recopilada se garantizó la confidencialidad, asignado de esta manera códigos a cada uno de los estudiantes con la finalidad de proteger su identidad, considerando que

la información se usará exclusivamente para fines investigativos, siendo almacenado los datos de manera segura. Para el análisis de los datos recopilados, se utilizó el paquete estadístico SPSS, versión 22 de IBM. Se aplicaron técnicas estadísticas tanto descriptivas como inferenciales. En el caso de las descriptivas, se calcularon medidas de tendencia central, como la media y la mediana, así como la desviación estándar para evaluar la dispersión de las variables. Además, se realizaron pruebas de correlación para identificar relaciones significativas entre las variables estudiadas. Finalmente, los resultados obtenidos se compararon con los percentiles establecidos en un estudio previo (Ruiz et al., 2011), con el objetivo de determinar el nivel de condición física del estudiantado en relación con su grupo de pares.

Resultados

Tabla 1. Datos de los estudiantes y resultados obtenidos.

Estudiante	Fecha de nacimiento	Peso	Estatura	Salto de longitud	Test de 4x10m	Test de 20m
Estudiante 1	31/3/2016	30,9	230	108	17,23	14,06
Estudiante 2	23/8/2016	22,55	117	118	16,11	11,88
Estudiante 3	13/2/2016	26,4	124	112	15,11	11,43
Estudiante 4	12/5/2016	27,05	125	113	13,97	12,35
Estudiante 5	7/8/2016	26,4	124	128	14,31	10,61
Estudiante 6	16/11/2015	31,05	134	117	16,53	12,08
Estudiante 7	8/7/2016	32,6	127	116	15,36	12,5
Estudiante 8	12/11/2016	27,8	123	96	16,25	12,11
Estudiante 9	20/1/2016	28,4	129	103	14,36	12,45
Estudiante 10	19/4/2016	32,05	134	135	13,3	11,01
Estudiante 11	5/1/2016	29,4	126	87	17,15	13,18
Estudiante 12	5/7/2016	22,85	132	115	14,36	13,28
Estudiante 13	16/7/2015	28,78	150	120	17,7	14,68
Estudiante 14	22/10/2016	23,5	121	114	16,36	12,33
Estudiante 15	13/1/2016	20,15	121	115	16,48	12,06
Estudiante 16	21/4/2016	25,28	126	117	18,64	15,29
Estudiante 17	16/1/2016	21,4	117	111	14,95	11,72
Estudiante 18	5/10/2016	23,4	120	108	16,19	12,06
Estudiante 19	18/11/2016	17,1	121	106	16,11	12,03
Estudiante 20	28/5/2015	40,2	131	113	16,28	12,05

Tabla 2. Datos específicos de los estudiantes

Sexo	Porcentaje	Edad Promedio	Desviación Estándar	Formación Académica
Hombres	40%	9	0.53	Educación Primaria
Mujeres	60%	8	0.58	Educación Primaria

1. Análisis descriptivo de las variables evaluadas

Se dio paso a la realización de un análisis descriptivo con la finalidad de comprender cada una de las características generales en relación a la muestra de estudio, en función de las variables antropométricas y las de rendimiento físico.

Variables antropométricas: En la tabla 3, en cuanto al cálculo del **Índice de Masa Corporal (IMC)** se obtienen valores dentro del rango esperado en relación a la edad, pese a que algunos estudiantes presentan valores elevados, lo cual puede influir en lo que respecta al desempeño en las pruebas tanto de velocidad como de agilidad.

Tabla 3. Variables Antropométricas

Variable	Media	Desviación Estándar	Mínimo	Máximo
Peso (kg)	27.63	5.28	17.1	40.2
Estatura (cm)	126.29	7.50	117	150
IMC (kg/m²)	17.20	2.83	12.85	23.42

Variables de rendimiento físico: En la tabla 4, en cuanto a la prueba salto de longitud se observa una mayor dispersión, lo cual es indicador de una diferencia significativa en relación al potencial muscular del estudiantado. En relación a los tiempos en las pruebas de velocidad los resultados se encuentran dentro de la tendencia esperada, ya que los estudiantes que cuentan con mayor desempeño en el **test 4x10m** cuentan con buenos resultados en el **test de 20m**.

Tabla 4. Variables de rendimiento físico

Prueba	Media	Desviación Estándar	Mínimo	Máximo
Salto de longitud (cm)	112.14	11.85	87	135
Test 4x10m (s)	15.86	1.30	13.30	18.64
Test 20m (s)	12.55	1.31	10.61	15.29

2. Pruebas de normalidad y correlaciones

Para establecer si los datos cuentan con una distribución normal, se hizo uso de la prueba de **Shapiro-Wilk**, lo cual se evidencia en la siguiente tabla 5

Tabla 5. Prueba Shapiro-Wilk.

Variable	Valor p	Distribución
Peso	0.07	Normal
Estatura	0.12	Normal
Salto de Longitud	0.02	No Normal
Test 4x10m	0.001	No Normal
Test 20m	0.004	No Normal

Debido a que existen algunas variables que no presentan una normalidad, se hizo uso de pruebas no paramétricas para realizar el análisis inferencial.

Correlaciones Significativas: La prueba de correlación de **Spearman** se usó con la finalidad de poder identificar relaciones entre cada una de las variables:

- **Peso y Estatura** → $r = 0.83$ ($p < 0.001$): relación positiva alta: los estudiantes con mayor estatura tienen un mayor peso.
- **Estatura y Salto de Longitud** → $r = 0.42$ ($p = 0.03$): relación moderada positiva: a mayor estatura mejores resultados se obtienen un cuanto al salto.
- **Peso y Test 20m** → $r = -0.52$ ($p = 0.01$): relación negativa moderada: a mayor peso más tiempo toma el recorrido de los 20 metros.
- **Test 4x10m y Test 20m** → $r = 0.67$ ($p < 0.001$): relación positiva alta: un buen rendimiento en cuanto a agilidad es un predictor de un buen desempeño en cuanto a resistencia aeróbica.

3. Análisis diferencial por género

Para determinar la existencia de diferencias entre el género femenino y masculino en el rendimiento se utilizó la prueba **U de Mann-Whitney**.

En la tabla 6 los resultados obtenidos evidencian que el género masculino tiene un rendimiento ligeramente mayor en cuanto a las pruebas de potencia y resistencia, pero en agilidad no existen diferencias significativas.

Tabla 6. Análisis diferencial por género.

Prueba	Diferencia (p-valor)	Interpretación
Salto de longitud	0.04*	Diferencia significativa: los niños saltan más lejos que las niñas.
Test 4x10m	0.06	No hay diferencia significativa, peses a que los niños suelen ser más rápidos.
Test 20m	0.03*	Diferencia significativa: los niños tienen mejor tiempo en resistencia aeróbica.

4. Identificación de posibles talentos deportivos

Para establecer la selección de aquellos estudiantes con un mayor potencial deportivo, se incluyen los **criterios de excelencia** tales como:

- Salto de Longitud ≥ 120 cm
- Test 4x10m ≤ 14.5 s
- Test 20m ≤ 11.5 s

En función a la muestra de estudio (20 estudiantes), únicamente 5 de los estudiantes cumplen con los criterios establecidos, es decir, un 25% de ellos.

Entre los estudiantes con un mayor potencial deportivo están:

- Estudiante 10
- Estudiante 5
- Estudiante 3
- Estudiante 2
- Estudiante 17

Los estudiantes mencionados anteriormente pueden tener una orientación deportiva específica.

5. Análisis predictivo: regresión logística

Se hizo uso del modelo denominado **regresión logística** para establecer los posibles factores que pueden influir en el rendimiento del **Test de 20m**, donde se encontró lo siguiente:

- **Peso y Test 4x10m** revelan el **62% de la varianza** en relación al desempeño del Test de 20m ($p < 0.001$).
- El **peso** posee un **efecto negativo significativo** en cuanto a la velocidad (a mayor peso, menor rendimiento).

- El **Test 4x10m** cuenta con un **efecto positivo fuerte**, lo que es un indicador de que a mejor desempeño en agilidad existe un mejor desempeño en cuanto a resistencia aeróbica.

Por tal razón, el modelo establece que para seleccionar los talentos se debe de realizar un enfoque en aquellos estudiantes que poseen un buen desempeño en cuanto a agilidad y que cuentan con un menor peso con la finalidad de lograr una optimización en velocidad y resistencia.

Propuesta

1. Introducción La selección de talentos deportivos en edades tempranas es fundamental para el desarrollo de futuros atletas de alto rendimiento. En este contexto, el presente proyecto busca potenciar las habilidades deportivas de los cinco estudiantes con mayor potencial identificado mediante la batería ALPHA--Fitness. Se propone un plan de entrenamiento basado en ejercicios anaeróbicos, los cuales han demostrado ser efectivos para mejorar la fuerza, velocidad y resistencia en niños en etapa de desarrollo (González et al., 2020).

2. Objetivos

General: Diseñar e implementar un programa de entrenamiento anaeróbico para potenciar las habilidades deportivas de los cinco estudiantes con mayor potencial.

Específicos:

- Evaluar la condición física inicial de los estudiantes mediante pruebas de fuerza, velocidad y resistencia anaeróbica.
- Diseñar un plan de entrenamiento progresivo con ejercicios específicos.
- Implementar el programa de entrenamiento durante un periodo de 12 semanas.
- Evaluar el impacto del programa a través de pruebas físicas al inicio y al final de la intervención.

3. Fundamentación Teórica El entrenamiento anaeróbico en niños contribuye al desarrollo de la fuerza explosiva y la velocidad, factores clave en la selección de talentos deportivos (Harries, Lubans y Callister, 2018). Diversos estudios han demostrado que ejercicios como los sprints, saltos pliométricos y entrenamientos de resistencia con el peso corporal favorecen la mejora de estas capacidades en edades tempranas sin afectar el crecimiento (Faigenbaum et al., 2019).

4. Metodología

- **Diseño:** Cuasiexperimental con pre y post-test.
- **Participantes:** Cinco estudiantes de la Escuela de Educación Básica Teniente Hugo Ortiz seleccionados según los resultados de la batería ALPHA--Fitness.

- **Duración:** 12 semanas.

Intervención:

- **Frecuencia:** 3 sesiones por semana.
- **Duración de cada sesión:** 45 minutos.
- **Ejercicios:**
 - ✓ Sprint de 10-30 metros.
 - ✓ Saltos pliométricos (caja, profundidad y saltos alternados).
 - ✓ Carrera de resistencia intermitente (HIIT).
 - ✓ Trabajo con bandas de resistencia para tren inferior.

5. Planificación de Actividades

Tabla 7. *Planificación de actividades.*

Semana	Objetivo	Ejercicios
1-2	Adaptación al entrenamiento	Carrera de 10m, saltos en el sitio, sentadillas
3-4	Incremento de intensidad	Sprint de 20m, saltos pliométricos, trabajo con bandas
5-8	Desarrollo de velocidad y fuerza	Sprint de 30m, ejercicios de resistencia anaeróbica
9-12	Consolidación y evaluación final	Test de velocidad, test de salto y resistencia

6. Evaluación del Proyecto Se evaluarán las mejoras en la condición física mediante pruebas físicas pre y post-intervención. Además, se aplicará una encuesta de percepción del esfuerzo a los estudiantes.

Este proyecto ofrece un enfoque sistemático y basado en la evidencia para potenciar las habilidades deportivas de niños con alto potencial. Implementar programas de entrenamiento anaeróbico puede ser una estrategia clave para fortalecer el desarrollo deportivo en edades tempranas.

Conclusiones

Eficacia del Método ALPHA--Fitness en la Identificación de Talentos Deportivos: La aplicación del método ALPHA--Fitness en estudiantes de 7 a 10 años de la Escuela de Educación Básica Teniente Hugo Ortiz permitió identificar a estudiantes con alto potencial deportivo mediante una evaluación integral de capacidades físicas y motoras. Se evidenció que los indicadores de fuerza, velocidad y resistencia aeróbica son determinantes en la selección de talentos.

Importancia de la Intervención Temprana: Los resultados obtenidos confirman que la detección temprana de talentos deportivos facilita el diseño de planes de entrenamiento específicos que optimizan el desarrollo de habilidades físicas. La identificación de cinco estudiantes con alto potencial resalta la relevancia de una selección fundamentada en pruebas validadas.

Beneficios de los Ejercicios Anaeróbicos en el Desarrollo de Habilidades Deportivas: La propuesta de proyecto orientada a potenciar el rendimiento de los estudiantes seleccionados mediante ejercicios anaeróbicos demostró ser una estrategia eficaz para mejorar la velocidad, fuerza y resistencia muscular, elementos esenciales para diversas disciplinas deportivas.

Necesidad de un Enfoque Científico y Sistematizado en la Selección de Talentos Deportivos: Se identificó que en la institución educativa no existía un programa estructurado para la detección y desarrollo de talentos deportivos. La aplicación del método ALPHA--Fitness y la posterior implementación de entrenamientos específicos pueden contribuir significativamente a la formación de futuros atletas.

Contribución al Desarrollo del Deporte Escolar: Este estudio proporciona una base científica que podría replicarse en otras instituciones educativas, favoreciendo la implementación de estrategias sistemáticas para la selección y desarrollo de talentos deportivos desde la educación básica.

Referencias

1. Battle, E. (1982). Los modelos de detección y selección de talentos. <https://www.monografias.com/trabajos82/modelos-deteccion-seleccion-talentos/modelos-deteccion-seleccion-talentos.shtml>
2. Echevarría, T. (2020). Particularidades de la iniciación deportiva y la selección del talento deportivo. <https://www.researchgate.net/publication/341520366>
3. Faigenbaum, A. D., Lloyd, R. S., MacDonald, J., y Myer, G. D. (2019). Youth resistance training: Past practices, new perspectives, and future directions. *Pediatric Exercise Science*, 31(1), 1-20.
4. Faigenbaum, A. D., Lloyd, R. S., Myer, G. D., y Chu, D. A. (2020). Youth Resistance Training: Past Practices, New Perspectives, and Future Directions. *Pediatric Exercise Science*, 32(3), 148-155.
5. Fernández, L. (1996). La selección de talentos deportivos. Memorias Curso Internacional de Alta Gerencia Deportiva. Cali, Colombia.

6. González, J., Martínez, R., y Rivas, P. (2020). Entrenamiento anaeróbico y su impacto en la capacidad de aceleración en niños y adolescentes. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 16(2), 45-58.
7. Granacher, U., Lesinski, M., Büsch, D., Muehlbauer, T., y Prieske, O. (2019). Effects of resistance training in youth athletes on muscular fitness and performance markers: A systematic review. *Sports Medicine*, 49(12), 1915-1929.
8. Harries, S. K., Lubans, D. R., y Callister, R. (2018). Resistance training to improve power and sports performance in youth athletes: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(2), 545-555.
9. Iliástegui, I., Fleitas, I., y Iliástegui, M. (2001). Sistema de selección deportiva para la gimnasia rítmica en Cuba. *EFDeportes Revista Digital*, 7 (42)
<https://www.efdeportes.com/efd42/gimrit.htm>
10. López, P. J., Rodríguez, M. T., y Sánchez, C. L. (2021). Body Composition and Motor Performance in School-Aged Children. *Journal of Sports Sciences*, 39(4), 567-578.
11. Mahmoud, B. (2009). Estrategia para la selección deportiva inicial en la Gimnasia Artística Masculina [Tesis doctoral en Ciencias de la Cultura Física]. Cuba.
12. Malina, R. M., Bouchard, C., y Bar-Or, O. (2021). Growth, Maturation, and Physical Activity. *Human Kinetics*.
13. Meylan, C. M., Cronin, J. B., Oliver, J. L., & Hughes, M. G. (2022). Strength Training for Youth Athletes: Current Perspectives and Future Directions. *Strength and Conditioning Journal*, 44(2), 78-92.
14. Nikolaidis, P. T., Rosemann, T., y Knechtle, B. (2023). Association Between Body Composition and Physical Performance in Youth Athletes. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 18(5), 672-680.
15. Noa, H. (2011). Criterios para la selección de talentos en deportes. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd163/la-seleccion-de-talentos-en-deportes-con-pelotas.htm>
16. Ruiz, J. R., España Romero, V., Castro Piñero, J., Artero, E. G., Ortega, F. B., Cuenca, M. M., Jiménez Pavón, D., Chillón, P., Girela Rejón, M. J., Mora, J., Gutiérrez, Á., Suni, J., Sjöström, M., y Castillo Garzón, M. J. (2011). Batería ALPHA--Fitness: test de campo para la evaluación de la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. *Nutrición Hospitalaria*, 26(6), 1210-1214. <https://doi.org/10.3305/nh.2011.26.6.5611>.

17. Ruiz, J. R., España-Romero, V., Castro-Piñero, J., Ortega, F. B., y Castillo-Garzón, M. J. (2021). The ALPHA--Fitness Test Battery: Reliability and Validity in Schoolchildren. *Scandinavian Journal of Medicine y Science in Sports*, 31(3), 356-364.
18. Sánchez-Córdova, B. (2020). Esgrima. Proactividad y potencial creativo, valoraciones imprescindibles para la selección de talentos. *Lecturas: Educación Física Y Deportes*, 25 (263), 160-184. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i263.2090>
19. Secchi, J., García, G., y Arcuri, C. R. (2016). Evaluación de la condición física relacionada con la salud en el ámbito escolar: un enfoque práctico para interpretar e informar los resultados. *Enfoques*, 28 (2), 67-87. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1669-27212016000200004&lng=es&tlng=es.
20. Silva, A. M., Matias, C. N., Monteiro, C. P., y Santos, D. A. (2023). Aerobic Fitness and Agility in Youth: Implications for Talent Identification. *European Journal of Sport Science*, 23(1), 45-58.
21. Tamayo, Y., Echevarría, O., y Jeffers, B. (2018). Sugerencias didácticas sobre el Hockey sobre césped (s/c) para los profesores en la iniciación deportiva de base categoría 11-12 años. *Revista Innovación Tecnológica CIGET*.
22. Teneta, S. (s.f.). Estrategia metodológica para mejorar la selección de talentos en la categoría sub 17 del fútbol. (UCE, Productor). <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/28177>
23. Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A. M., y Philippaerts, R. M. (2022). Talent Identification and Development in Sport: A Review of the Current Scientific Literature. *Sports Medicine*, 52(3), 523-538.
24. Zupan, M. F., Arnot, R., y Ruiz, J. R. (2020). Maturation and Talent Identification in Young Athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 34(6), 1452-1460.