



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA: CULTURA FÍSICA
MODALIDAD: PRESENCIAL

Proyecto de Investigación previo a la obtención del Grado Académico de Licenciatura en Cultura Física

TEMA:

LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA CATEGORÍA INFERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABC DEL CANTÓN AMBATO.

Autor: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Tutor: Mg. Santiago Ernesto Garcés Duran

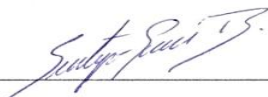
AMBATO – ECUADOR

2016

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O
TITULACIÓN**

CERTIFICA:

Yo, Lcdo. Santiago Ernesto Garcés Duran, con cédula 1802943900, en mi calidad de Tutor del trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA CATEGORÍA INFERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABC DEL CANTÓN AMBATO”** desarrollado por el egresado Kleber Vinicio Bonilla Sánchez, considero que dicho informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.



Lcdo. Mg. Santiago Ernesto Garcés Duran

TUTOR

AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo en constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en los estudios realizados durante la carrera, investigación científica, revisión documental y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas comentarios y opiniones vertidos en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Vinicio BB', is written over a horizontal line.

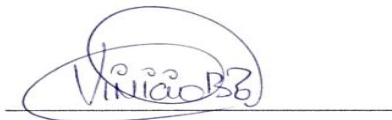
Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

C.I. 1803725280

AUTOR

CESION DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en líneas patrimoniales de este Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: **“LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA CATEGORÍA INFERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABC DEL CANTÓN AMBATO”** autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre y cuando este dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando los derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Vinicio B3', is written over a horizontal line.

Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

C.I. 1803725280

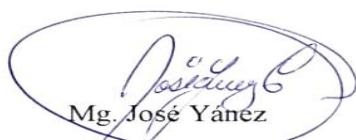
AUTOR

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
Y DE LA EDUCACIÓN:**

La comisión de estudio y calificación del informe de Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA CATEGORÍA INFERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABC DEL CANTÓN AMBATO”** presentada por el sr. Kleber Vinicio Bonilla Sánchez, egresado de la carrera de Cultura Física, promoción: octubre 2015 – Marzo 2016, una vez revisada y calificada se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes

LA COMISIÓN



Mg. José Yáñez

MIEMBRO



Mg. Armando Molina

MIEMBRO

DEDICATORIA

A mis seres queridos José Abad, Norma Enriqueta, Luis Hugo, Segundo Hermino, María Clementina que hoy ya no están conmigo quienes supieron guiarme y aconsejarme lo difícil que es la vida y que jamás hay que rendirse porque la vida te pone obstáculos que debemos superarlos.

A mi madre Irma Herminia por ser el pilar fundamental en mi vida quién supo demostrar que los objetivos que nos trazamos, podemos alcanzarlos con perseverancia, dedicación y mucho esfuerzo.

A mi padre José Vinicio quién me enseñó que los objetivos se pueden lograr al realizarlos con dedicación y esfuerzo, sin olvidarnos quienes somos y hacia dónde queremos llegar.

A mi abuelita Gloria mi madre de crianza, que con su dedicación, cariño me ha sabido guiar y enrumbar para llegar a ser una persona con principios y valores, a mis hermanos Andrés y Josué que son la inspiración para seguir adelante y nunca decaer en mi camino, a mis tíos Rolando y Víctor por sus consejos y apoyo continuo.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar doy gracias a Dios, por haberme dado la fuerza y la dedicación para culminar esta etapa de mi vida.

A la Universidad Técnica de Ambato, a la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación por tan maravillosa y valioso aporte al progreso del talento humano.

Al personal docente de la carrera de Cultura Física, quienes impartieron sus conocimientos, vivencias, anécdotas y la educación en valores, tanto en lo teórico y lo práctico.

Al Lcdo. Mg. Santiago Ernesto Garcés Duran quien con su guía y paciencia ha hecho posible la culminación de este trabajo de investigación.

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO.....	ii
AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	iii
CESION DE DERECHOS DE AUTOR.....	iv
AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
RESUMEN EJECUTIVO.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	1

CAPÍTULO I EL PROBLEMA

1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis Crítico.....	6
1.2.3 Prognosis.....	7
1.2.4 Formulación del Problema.....	7
1.2.5 Preguntas directrices.....	8
1.2.6 Delimitación del Objeto de investigación.....	8
1.3 Justificación.....	9
1.4 Objetivos.....	10

1.4.1 Objetivo General	10
1.4.2 Objetivos Específicos.....	10

CAPITULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes investigativos	11
2.2 Fundamentación Filosófica	12
2.3 Fundamentación Legal	13
2.4 Categorías Fundamentales	15

CAPITULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque	49
3.2 Modalidad de la Investigación	49
3.3 Nivel o tipo de Investigación	50
3.4 Población y Muestra.....	50
3.5 Operacionalización de las Variables	51
3.6 Plan de recolección de la Información	53
3.7 Plan de procesamiento de la Información	53

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de los Resultados.....	54
4.2 Interpretación de Datos	55
4.3 Verificación de la hipótesis.....	65
4.3.1 Planteamiento de la hipótesis	65
4.3.2 Elección del estimador estadístico	65

4.4 Zona de aceptación y rechazo.	66
4.4.1 Cálculo de Chi-cuadrado.....	66
4.4.2 Conclusión o Decisión final.....	68

CAPITULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones	69
5.2 Recomendaciones.....	70
ANEXOS	71
BIBLIOGRAFÍA	80
LINCOGRÁFICA.....	82
Artículo Técnico.....	83

INDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Población y Muestra.....	50
Cuadro N° 2 Variable Independiente	51
Cuadro N° 3 Variable dependiente.....	52
Cuadro N° 4 Plan de procesamiento de la Información	53
Cuadro N° 5 Fundamentos técnicos de fútbol.....	55
Cuadro N° 6 Fortalecer los fundamentos técnicos	56
Cuadro N° 7 Fundamentos técnicos usando materiales	57
Cuadro N° 8 Práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol	58
Cuadro N° 9 Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud	59
Cuadro N° 10 Desarrollo del rendimiento deportivo	60
Cuadro N° 11 Implementos Deportivos	61
Cuadro N° 12 Aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo.....	62
Cuadro N° 13 Aplicación del reglamento es de vital importancia	63
Cuadro N° 14 Implementos Deportivos	64
Cuadro N° 15 Frecuencias Observadas	66
Cuadro N° 16 Frecuencias Esperadas.....	67
Cuadro N° 17 Chi - Cuadrado	67

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 Árbol de Problemas	5
Gráfico N° 2 Categorías Fundamentales	15
Gráfico N° 3 Fundamentos Técnicos de Fútbol	16
Gráfico N° 4 Preparación Física.....	17
Gráfico N° 5 Fundamentos técnicos de fútbol	55
Gráfico N° 6 Fortalecer los fundamentos técnicos.....	56
Gráfico N° 7 Fundamentos técnicos usando materiales	57
Gráfico N° 8 Práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol	58
Gráfico N° 9 Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud.....	59
Gráfico N° 10 Desarrollo del rendimiento deportivo	60
Gráfico N° 11 Implementos deportivos.....	61
Gráfico N° 12 Aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo	62
Gráfico N° 13 Aplicación del reglamento es de vital importancia.....	63
Gráfico N° 14 Implementos Deportivos.....	64
Gráfico N° 15 Representación Chi Cuadrado	68

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA

MODALIDAD: PRESENCIAL

TEMA: “LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FUTBOL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA CATEGORIA INFERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABC DEL CANTÓN AMBATO”

RESUMEN EJECUTIVO

AUTOR: KLEBER VINICIO BONILLA SÁNCHEZ

TUTOR: Lcdo. Mg. SANTIAGO ERNESTO GARCÉS DURAN

La presente investigación tiene como objetivo desarrollar los fundamentos técnicos de futbol, en la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato, para de tal manera poder encaminar a nuestros estudiantes, deportistas por el camino correcto en la práctica del futbol cuyo deporte servirá de base para desarrollar las cualidades motrices en los niños, para lo cual esto ayudara a fortalecer el rendimiento deportivo en la selección de la categoría inferior y así poder evitar que a la postre tengan problemas en su salud.

Palabras claves: Fundamentos, Técnicos, Futbol, Rendimiento y Deportivo

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
MODALIDAD: PRESENCIAL

TEMA: “LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FUTBOL EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA CATEGORIA INFERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABC DEL CANTÓN AMBATO”

ABSTRACT

This research aims to demonstrate that teaching technical fundamentals of football, in children used to develop athletic performance and satisfy a natural need of the child through movement within a golf game when running after the ball . In this case the football for being such a popular sport help children develop their interpersonal, psychological relationships in social terms as they will unfold by themselves in the field.

Chapter I, The Problem; the problem at the macro, meso and micro contextualized, then the problem tree with its corresponding critical analysis prognosis, the problem statement, questions of the problem, the definition, rationale, general and specific objectives set out.

CHAPTER II Theoretical Framework; Research indicates the background the corresponding different rationales, including the network, the constellation of ideas, development of the categories of each variable, the hypotheses finally arises and the marking of the variables.

CHAPTER III Methodology; Here we point out the research approaches, types of research, population and sample, the operationalization of the variables, as well as techniques and instruments for the collection and processing of information obtained.

CHAPTER IV, Analysis and Interpretation of the results; in this part of the research results of the research instrument are presented, tables, statistical graphics through which the data is analyzed to obtain the results that are reliable for our research are made.

CHAPTER V, Conclusions and Recommendations; in this chapter we describe the conclusions and recommendations that have come after the analysis of the data obtained in our research.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación está encaminada a demostrar que la enseñanza de los fundamentos técnicos de fútbol, en los niños sirve para desarrollar el rendimiento deportivo y así satisfacer una necesidad natural del niño a través del movimiento dentro de una cancha de juego cuando se corre detrás del balón. En este caso el fútbol por ser un deporte tan popular ayudara a los niños a desarrollar sus relaciones interpersonales, psicológicos en el plano social ya que se desenvolverán por si mismos dentro del campo de juego.

CAPÍTULO I, El Problema; se contextualiza el problema a nivel macro, meso y micro, a continuación se expone el árbol de problemas con su correspondiente análisis crítico, prognosis, el planteamiento del problema, las interrogantes del problema, la delimitación, justificación, los objetivos general y específicos.

CAPÍTULO II, Marco Teórico; señala los antecedentes Investigativos las diferentes fundamentaciones correspondientes, la red de inclusión, las constelación de ideas, desarrollo de las categorías de cada variable, finalmente se plantea las hipótesis y el señalamiento de las variables.

CAPÍTULO III, La Metodología; aquí señalamos los enfoques de la investigación, los tipos de investigación, población y muestra, la Operacionalizacion de las variables, así como las técnicas e instrumentos para la recolección y el proceso de la información obtenida.

CAPÍTULO IV, Análisis e Interpretación de los resultados; en esta parte de la investigación se presentan los resultados del instrumento de la investigación, se elaboran las tablas, gráficos estadísticos mediante los cuales se analiza los datos para obtener los resultados que sean confiables para nuestra investigación.

CAPÍTULO V, Conclusiones y Recomendaciones; en este capítulo describimos las conclusiones y recomendaciones a las que hemos llegado luego de realizar el análisis de los datos obtenidos en nuestra investigación.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

Los fundamentos técnicos de fútbol en el Rendimiento Deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato.

1.2 Planteamiento del Problema

1.2.1 Contextualización

A nivel de nuestro país se puede notar que los niños en general se ha decaído la práctica del fútbol lo cual causa que el rendimiento deportivo vaya mermando en las instituciones educativas, como principal causa podemos mencionar que es la escasa metodología por parte de los docentes encargados de impartir la clase, por tal motivo existirá un déficit al momento de poner en práctica la enseñanza de los fundamentos técnicos de fútbol, ya que hoy en día primero se enseñan y posteriormente se entrenan, para corregir los errores y fortalecer la técnica, ya que las técnicas son todas las acciones que a través de los movimientos técnicos podemos tener un mejor uso del balón, con el propósito de obtener un juego colectivo en donde inculcaremos cada fundamento para fortalecer el rendimiento deportivo de los niños en las diferentes competiciones en las cuales hemos de participar.

A nivel provincial se puede observar algunas de las causas para provocar la falta de práctica del fútbol en los niños ya que se han centrado en los juegos digitales y esto ha mermando la práctica de fútbol y por ende, el desarrollar de forma exitosa los

fundamentos técnicos de fútbol, con estas causas disminuirá el índice del rendimiento deportivo, tanto en las diferentes entidades educativas, lo cual limitara la obtención de logros a nivel institucional lo cual afectara al futbol en la provincia, mediante la presente investigación, podremos sostener que el rendimiento deportivo, es la capacidad que posee toda persona para poner en práctica todos sus recursos bajo distintas condiciones determinadas. Sino mejoramos estas condiciones en las instituciones locales se dará lugar a la importación de jugadores de otras partes del país y no saldrán nuevos talentos en el fútbol provincial.

A nivel Institucional podemos notar que los fundamentos técnicos de fútbol no se están fomentado de manera adecuada por ende, la principal labor en la cual debemos centraremos es la enseñanza, ya que mediante los fundamentos técnicos de fútbol ayudaremos a mejorar el rendimiento deportivo y así podremos evitar a la postre varios tipos de problemas con la motricidad ya que desarrollándola a la perfección obtendremos resultados positivos según vamos poniendo en práctica, los conocimientos adquiridos, es por dicha razón en la cual que resulta fundamental que abordemos la preparación deportiva desde una perspectiva individual y colectiva, en cualquier deporte que se vaya a practicar. Por tal motivo debemos trabajar más aspectos, con nuestros dirigidos, por lo cual tendremos más probabilidades de conseguir los logros deportivos deseados.

ÁRBOL DE PROBLEMAS

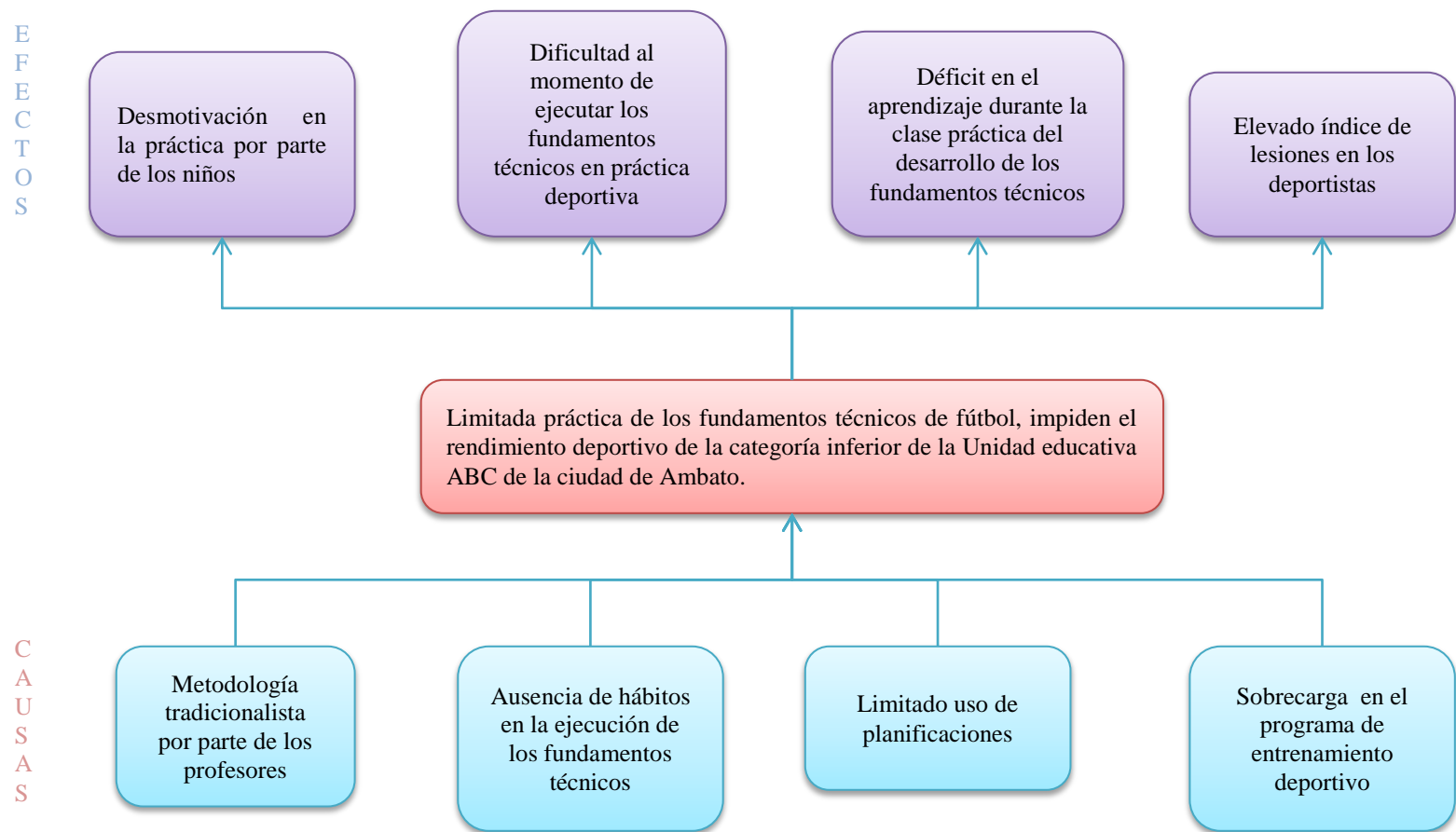


Gráfico N° 1 Árbol de Problemas
Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

1.2.2 Análisis Crítico

La metodología tradicionalista usada por parte de los profesores o entrenadores, es una de las causas fundamentales por las cuales los niños se desmotivan al momento de realizar la práctica deportiva, esto ocasiona que vaya disminuyendo el interés por el fútbol, pues la forma más efectiva para que los niños aprendan es mediante juegos donde vamos ir inculcando la importancia de los fundamentos técnicos de fútbol y buscará desarrollar su técnica para que puedan dominarla con más facilidad los integrantes de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC.

La carencia de hábitos en la correcta ejecución de los fundamentos técnicos de fútbol, es una de los grandes problemas los cuales afectan al desarrollo de los niños y trunca sus sueños de superarse para seguir avanzando con el aprendizaje, lo que nos limita el accionar del trabajo y por ende, fracasamos al momento de elevar el rendimiento deportivo de los integrantes de la categoría inferior.

El no saber usar una planificación condiciona el accionar durante el desarrollo de una clase teórica o práctica, puesto que se recurre a la improvisación y no podemos realizar un trabajo estructurado con sentido lógico y práctico, lo cual afecta al desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol, esto ocasiona muchas de las veces en la deserción deportiva, con este accionar por parte de los niños pertenecientes a la categoría inferior mermara la obtención de logros deportivos.

Por un indebido sistema de entrenamiento existe un elevado índice de lesiones, además de la sobrecarga en el trabajo que realizan con los niños, esto dificulta que los deportistas no puedan llegar a su máximo nivel para la competición, por ende esto causara que el rendimiento deportivo de la selección de nuestra institución vaya disminuyendo considerablemente y este efecto será desastroso puesto que las lesiones que surjan en el proceso de entrenamiento y la no recuperación de los deportistas a

tiempo para la competencia nos dará como conclusión que no alcanzaremos un óptimo rendimiento deportivo.

1.2.3 Prognosis

De no darse una solución al problema percibido con la escasa práctica de los fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC causara una disminución en la calidad de juego tanto individual como colectiva, lo cual implicara una desmotivación los niños y por ende, puede provocar la desaparición de la categoría inferior, intermedia y superior por falta de deportistas interesados en participar, en el selectivo para la conformación de una selección, esto puede provocar una baja en el autoestima en los niños, por lo cual acarrearía problemas ya que podría adquirir enfermedades, una mala postura y deficiente coordinación motriz por la falta de práctica de fútbol.

Por otra parte el no ejecutar de buena manera los fundamentos técnicos de fútbol, disminuye el rendimiento deportivo, social, familiar y afectivo con las personas que le rodean, de tal manera es imperativo centrarse en desarrollar y fortalecer la práctica de los fundamentos técnicos de fútbol en los niños de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC

1.2.4 Formulación del Problema

¿Cómo la aplicación de los fundamentos técnicos de fútbol incide en el rendimiento deportivo de la selección categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato?

1.2.5 Preguntas directrices

¿Cómo se aplican los fundamentos técnicos de fútbol en la categoría inferior de la unidad educativa ABC?

¿Considera que el bajo rendimiento deportivo se debe a la poca práctica de los fundamentos técnicos de fútbol?

1.2.6 Delimitación del Objeto de investigación

Delimitación Espacial

La presente investigación se realizara con los niños de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato de la provincia de Tungurahua en el año 2015 – 2016.

Delimitación Temporal

El estudio de esta investigación se llevara a cabo en las jornadas de trabajo en el año lectivo 2015 – 2016

Delimitación Conceptual

Campo: Entrenamiento deportivo

Área: Fútbol

Aspecto: Fundamentos Técnicos de Fútbol – Rendimiento Deportivo

Lugar: Unidad Educativa ABC

Tema: “Los Fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC”

1.3 Justificación

El **impacto** de esta investigación es conocer como nos va a ayudar la práctica de los fundamentos técnicos de fútbol, en el rendimiento deportivo, mediante la cual podremos fortalecer a las distintas categorías superiores para lograr obtener buenos resultados en las diferentes competiciones que se vayan a participar.

El **interés** que se tiene al ejecutar este trabajo de investigación, es de fortalecer, mejorar, adquirir, demostrar, motivar, masificar e incentivar a las autoridades, docentes, padres de familia, todos quienes conforman la Unidad Educativa ya que hay que dar a conocer sobre los beneficios y ventajas en el rendimiento deportivo, que se obtiene con la práctica de los fundamentos técnicos de fútbol.

La **importancia** de la presente investigación se centrara en el desarrollo de la teoría y práctica a cabalidad con el fin de optimizar el rendimiento deportivo en los niños de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC.

Los **beneficiarios** directos serán los estudiantes de la Unidad Educativa ABC, ya que estos adoptaran un desarrollo en sus habilidades de juego y en el incremento de su rendimiento deportivo, así como en la obtención de logros a nivel individual y colectivo para dejar en alto el nombre de la institución en las diferentes participaciones que se vayan a realiza.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Determinar la importancia de los fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo

1.4.2 Objetivos Específicos

- Diagnosticar las causas del bajo rendimiento deportivo en los niños de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato.
- Analizar los principios de los fundamentos técnicos de fútbol que se usan en la Unidad Educativa ABC
- Proponer una solución al problema planteado

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes investigativos

No existen previos antecedentes de una investigación de este tipo de problemas en los niños que se hayan realizado, por lo cual no podemos establecer tendencias en este estudio, por lo cual nos centraremos en el desarrollo del tema planteado.

Previas indagaciones, concerniente al tema se pudo observar las investigaciones realizadas en la Universidad Técnica de Ambato, en relación específica con la variable independiente en el cual se mencionan las siguientes conclusiones.

TEMA: “LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA PARTICIPACIÓN EN EL CAMPEONATO ESCOLAR DE LA ESCUELA BENJAMÍN ARAUJO DE PATATE EN EL AÑO LECTIVO 2008 - 2009” AMBATO 2009

CONCLUSIONES:

- No se planifica los entrenamientos diarios de acuerdo con las cualidades fisiológicas de cada deportista..
- El trabajo técnico se realiza solo de manera empírica y es manejada por personas que tienen el conocimiento científico necesario sin llegar a los niveles que en competencia se necesita.

(Velez, 2008)

2.2 Fundamentación Filosófica

En el presente trabajo de investigación está fundado en un paradigma crítico–propositivo, Es una alternativa para la investigación social debido a que privilegia la interpretación, comprensión y explicación de los fenómenos sociales; Crítico porque al criticar analiza los fenómenos que se dan dentro de la realidad educativa - deportiva; Propositivo debido a que plantea alternativas de solución inmediatas construidas en un clima de unión y pro actividad al tema planteado.

(Rivas, 2013)

Fundamentación Axiológica

El ser humano que práctica y aprende la disciplina del futbol, es una persona donde los valores son parte fundamental de su crecimiento y formación ya que los cuales le servirán para que en lo posterior de su vida vele por el prójimo. Los principales beneficios que vamos a obtener con el desarrollo de este proyecto son: el crecimiento del niño, desarrollar sus capacidades, destrezas, habilidades, mejorar su capacidad intelectual, reducir el porcentaje de enfermedades, así como también mantener un comportamiento correcto con sus compañeros en el juego.

(Rivas, 2013)

Fundamentación Ontológica

Toda persona desde su nacimiento, va buscando adaptarse al medio en el cual se desarrollara a la postre, sus movimientos naturales van adoptando gestos los cuales le ayudaran a fortalecer su capacidad motriz. En el futbol es importante que al momento de seleccionar a los niños en las diferentes categorías sobre todo en la infantil, se realice pruebas en la cual los niños puedan demostrar sus condiciones al momento de realizar el trato del balón, sus capacidades físicas, creatividad para el juego. Posteriormente se deberán realizar chequeos médicos para saber si el niño tiene

alguna enfermedad para luego desarrollar el plan de entrenamiento del grupo con el cual vamos a trabajar.

(Pardo, 2008)

2.3 Fundamentación Legal

Para argumentar la fundamentación legal es importante revisar todos los documentos oficiales donde consten las leyes, reglamentos y programas de estudio que haga referencia a la Educación y a la práctica de la Cultura Física.

A continuación las siguientes:

LEY DEL DEPORTE ECUADOR

Capítulo 4 artículo 82 de la Constitución de la Republica. El Estado protegerá, estimulará, promoverá y coordinará la cultura física, el deporte y la recreación, como actividades para la formación integral de las personas.

Proveerá de recursos e infraestructura que permitan la masificación de dichas actividades. Auspiciará la preparación y participación de los deportistas de alto rendimiento en competencias nacionales e internacionales, y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

LEY DE CULTURA FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Art. 2.- Para el ejercicio de la cultura física, el deporte y la recreación, al Estado le corresponde:

- a) Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación.
- b) Proveer los recursos económicos e infraestructura que permitan masificar estas actividades.
- c) Auspiciar la preparación y participación de los deportistas de alto rendimiento en competencias nacionales e internacionales, así como capacitar técnicos y entrenadores de las diferentes disciplinas deportivas.
- d) Fomentar la participación de las personas con discapacidad mediante la elaboración de programas especiales.
- e) Supervisar, controlar y fiscalizar a los organismos deportivos nacionales, en el cumplimiento de esta Ley y en el correcto uso y destino de los recursos públicos que reciban del Estado.

Que, la Constitución garantiza los derechos del Buen Vivir con un sentido de inclusión y equidad social.

Que, es la obligación del Estado generar las condiciones y las políticas públicas que se orientan a hacer efectivo el Buen Vivir y todos los demás derechos reconocidos constitucionalmente tendientes a la protección integral de sus habitantes.

Que, al Estado le corresponde proteger, promover y coordinar el deporte y la actividad física como actividades para la formación integral del ser humano preservando principios de universalidad, igualdad, equidad, progresividad, interculturalidad, solidaridad y no discriminación.

PLAN NACIONAL DEL BUEN VIVIR

Objetivo 4.10 Fortalecer la formación de artistas y deportistas de alto nivel competitivo

- 4.10.a. Promover la práctica deportiva y su profesionalización en los diferentes niveles de educación.
- 4.10.b. Fortalecer y crear espacios para la práctica profesional de deportes.
- 4.10.c. Diseñar programas y estrategias de apoyo para los deportistas de alto rendimiento, a través de becas, subsidios y bonos.
- 4.10.d. Promover la participación de deportistas de alto nivel en competencias nacionales, internacionales, olimpiadas y para olimpiadas.
- 4.10.e. Fortalecer la capacitación docente en las distintas disciplinas deportivas y en áreas de gerencia, docencia y recreación.
- 4.10.f. Fortalecer la formación física y psicológica de deportistas especializados de alto rendimiento.

2.4 Categorías Fundamentales

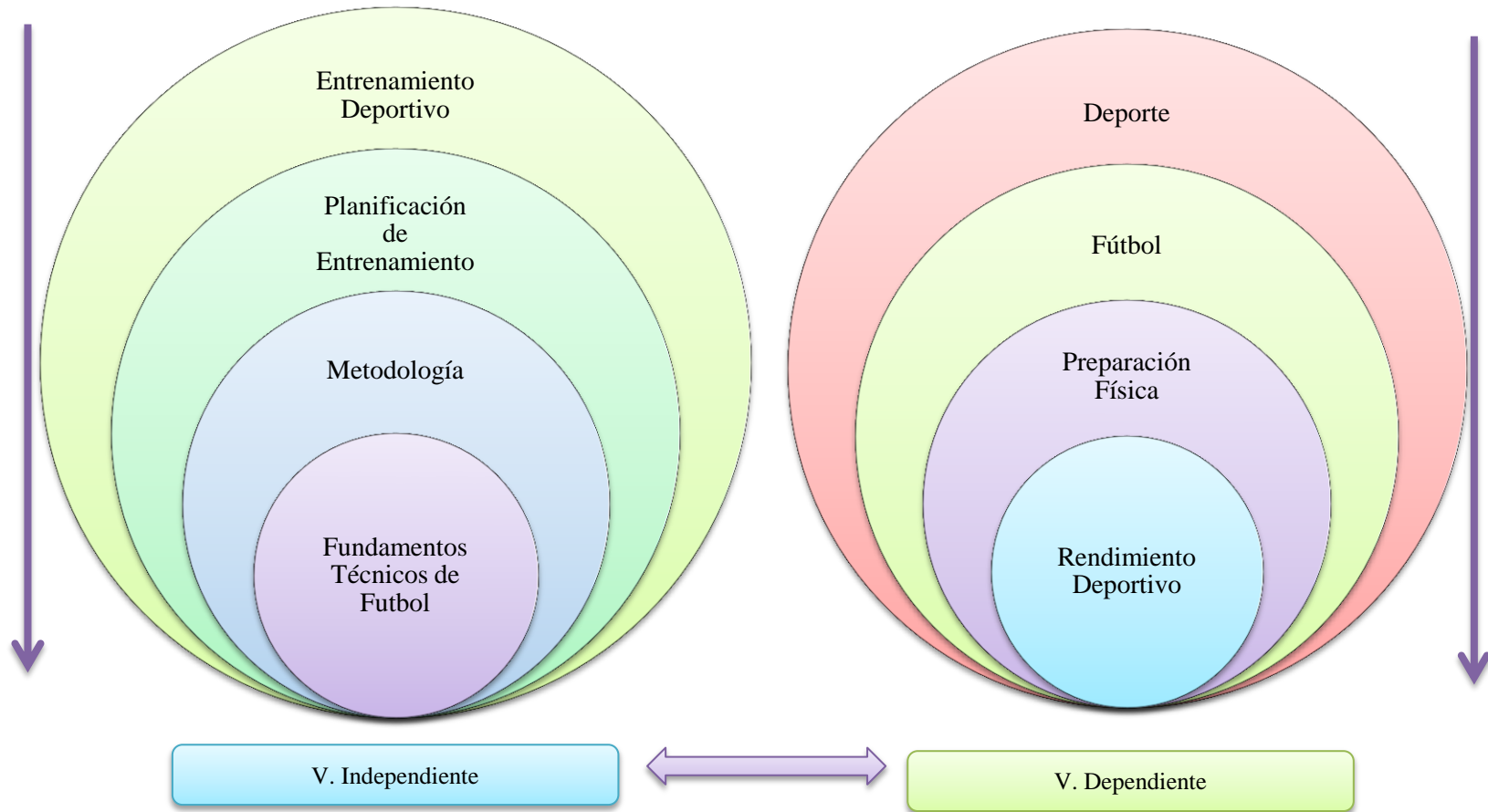
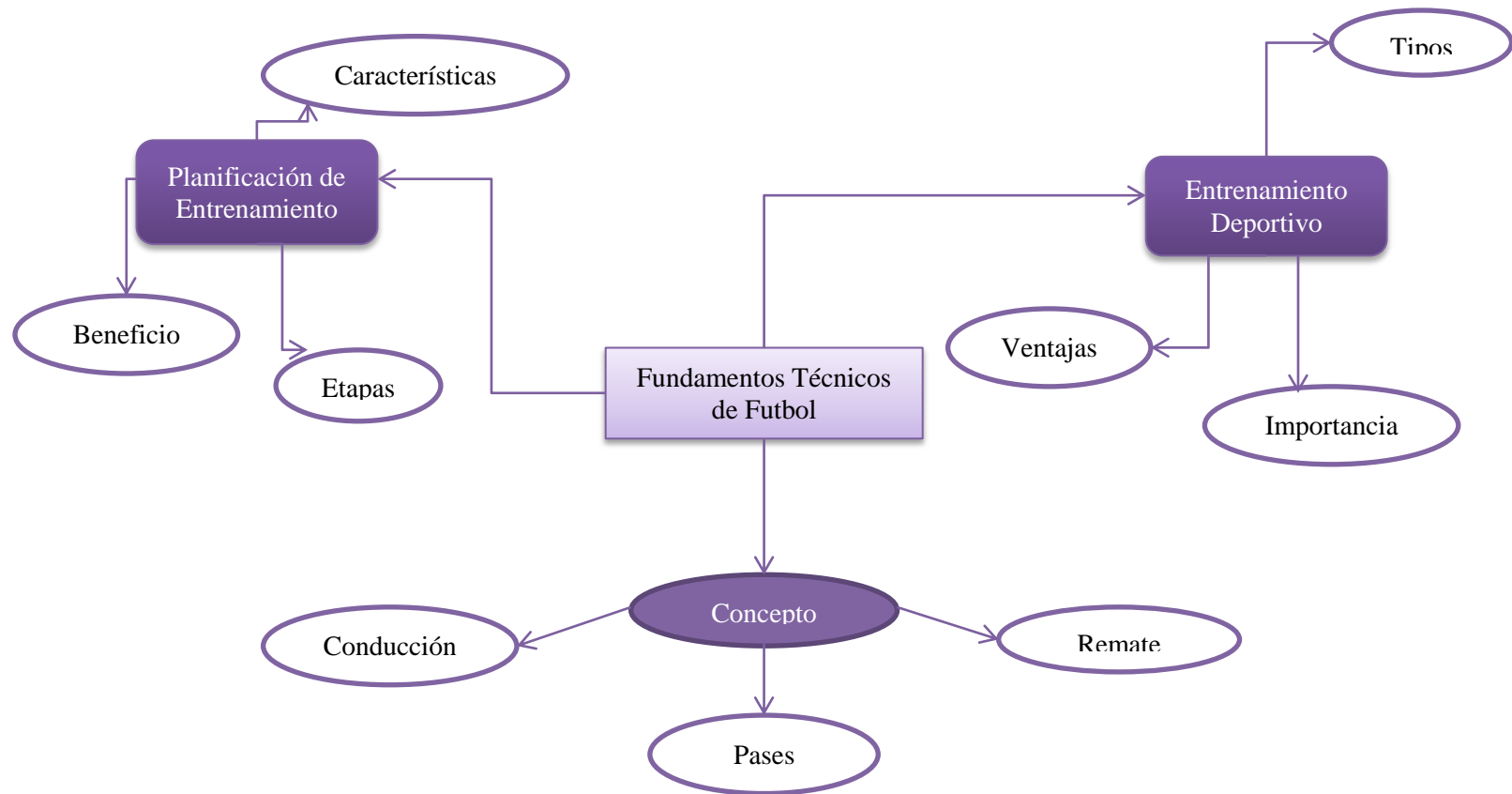


Gráfico N° 2 Categorías Fundamentales
Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez



*Gráfico N° 3 Fundamentos Técnicos de Fútbol
Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez*

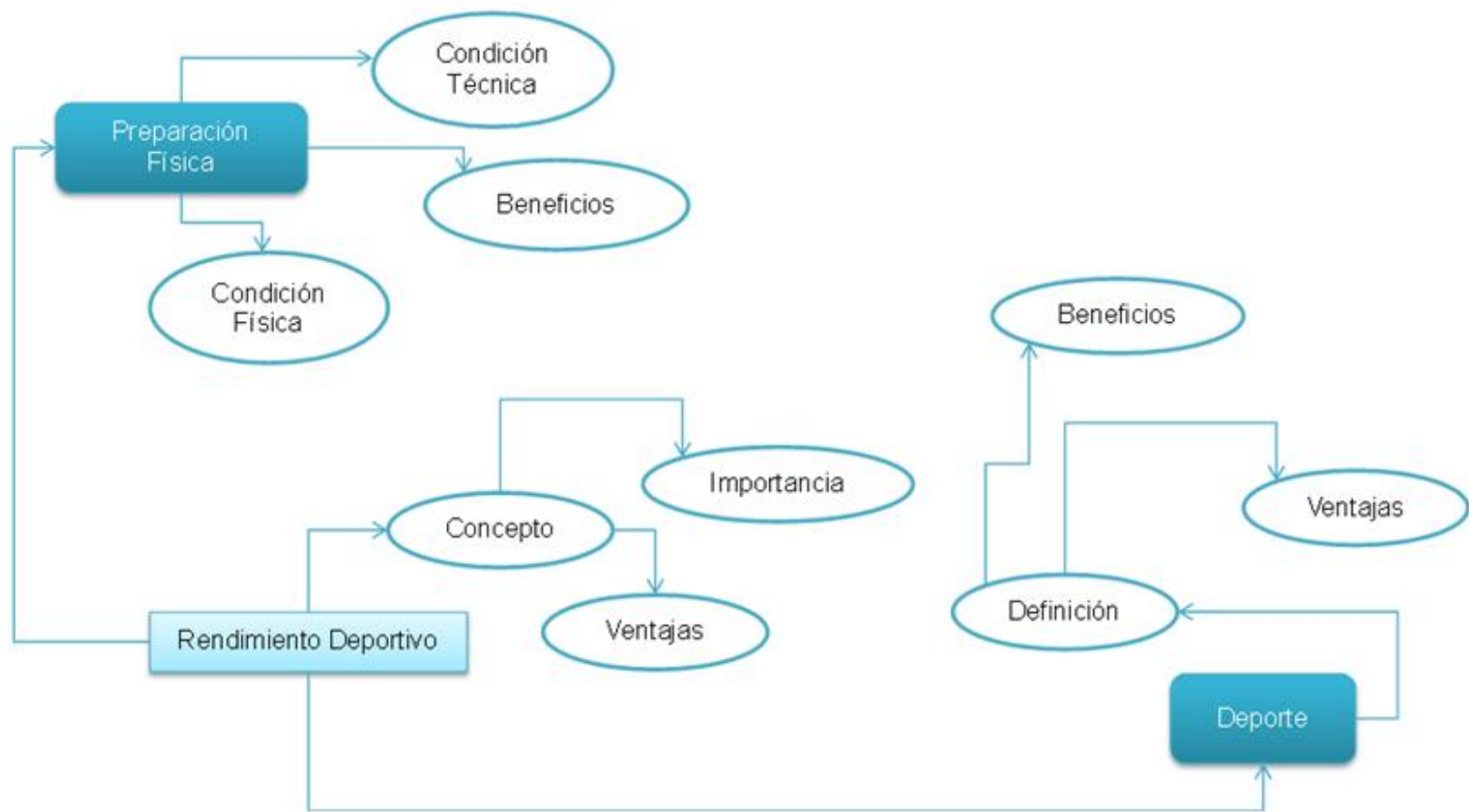


Gráfico N° 4 Preparación Física
 Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Variable Independiente

Fundamentos Técnicos de Fútbol

El fútbol está dividido en cuatro partes las cuales son:

- ✚ Física: Es la preparación en la cual el jugador debe alcanzar para soportar la duración del encuentro deportivo, así de tal manera podrá moverse en el campo de juego de modo en el cual no vaya cansarse y pueda realizar sus movimientos de una óptima manera en el transcurso del juego, según se requiera la situación. (Guardiola, 2010)
- ✚ Técnica: Es el trabajo que se realiza con los entrenados y ayudantes, para realizar las distintas jugadas durante el partido de fútbol, podemos decir que es la parte en donde más falencias existen debido a que es la parte donde requiere mayor preparación ya que es la parte más complicada de alcanzar sin un óptimo rendimiento realizado por el jugador de fútbol. (Guardiola, 2010)
- ✚ Táctica y Reglamento: Es la parte fundamental del juego en la cual corresponde al entrenador o preparador del equipo, poner al tanto de las actualizaciones en el reglamento ya que él es el encargado de implementar las jugadas tácticas las cuales se van a utilizar en el transcurso del juego por fortalecer el rendimiento del equipo para derrotar al equipo contrario. (Guardiola, 2010)
- ✚ Psicológica y Médica: Esto corresponde al estado anímico y mental del jugador, ya que es una parte importante dentro del juego porque de esto depende la preparación, la mentalidad con la que el jugador va enfrentar el encuentro deportivo. La medicina deportiva es un factor muy importante pues debemos controlar el uso de los suplementos y complejos vitamínicos que sean permitidos usar al atleta, además nos va ayudar a prevenir y tratar las lesiones y enfermedades de los deportistas. (Guardiola, 2010)

La técnica del fútbol

Es la parte imprescindible así como también fundamental para el desarrollo en general de este deporte, pues todo jugador tiene que saber, conocer la mecánica de como parar, dominar, pasar y rematar la pelota, en beneficio de ayudar al equipo en el

cual estamos actuando. En esta etapa el futbolista demuestra sus condiciones y los principios del futbol que domina para posteriormente pulirlos en la práctica deportiva. Se basa en la acción técnica que permite al jugador dominar y llevar el balón en una determinada dirección, a la velocidad adecuada que le permita conseguir la velocidad adecuada que le permita conseguir la finalidad propuesta y la superación de los obstáculos. En un partido, normalmente, la conducción del balón hay que ejecutarla salvando la oposición de uno o más contrarios, por lo que el jugador que conduce el balón deberá realizar, además, regates y fintas.

(FIFA, 2016)

Los Fundamentos Técnicos

Los fundamentos técnicos son las principales acciones, que debemos aprender para comprender el desarrollo del juego, las cuales primero se enseñan, para luego entrenarlas. En muy raras ocasiones se presentan separados entre sí, ya que estas se complementa para un mejor accionar del deportista.

Pues la mayoría de las veces los movimientos parciales y los elementos técnicos se mezclan, para fortalecer el juego individual y colectivo.

El control del balón es la base de todos los aspectos del fútbol y una fuente de motivación para los jóvenes, ya que controlar el balón les hace sentirse bien. Esta habilidad es la clave para muchas otras. Dar toques también es una excelente manera de practicar el control del balón y hacerse a él.

En general, no es difícil dominar una técnica, pero se torna cada vez más complicado si cambian las condiciones de juego. Por tanto, los jugadores solo lograrán controlar el balón totalmente cuando sepan coordinar las partes del cuerpo. Asimismo, el aprendizaje dependerá del número de repeticiones, si bien existen diferentes combinaciones en cuanto al método aplicable.

Conforme el niño crece, su aptitud técnica será la base del buen desarrollo y le permitirá experimentar lo divertido que es el fútbol en toda su extensión.

(FIFA, 2016)

Fundamentos Técnicos con Balón.

Son todas aquellas acciones que se realizan a través de los diferentes gestos técnicos los cuales son destinados a una óptima utilización del balón, con el único fin de predominar el juego individual y colectivo. Ya que estos buscan una eficaz comunicación entre los jugadores dentro del campo de juego.

Los fundamentos que vamos a trabajar son: La conducción, el pase, el dribling y el remate.

Las principales partes del cuerpo humano que se utilizaran para dominar al balón

El pie.- Es la parte del cuerpo que más se usa en el fútbol, ya sea para realizar un pase o dominar al balón.

- a) Planta del pie.- es de gran ayuda pues nos sirve para semiparar, parar, desviar, conducir, pasar, driblear el balón durante el juego.
- b) Empeine.- este nos sirve para amortiguar, pasar corto o largo, rematar el balón cuando estamos frente a portería contraria.
- c) Borde Interno.- nos sirve para darle mayor seguridad al momento del pase al compañero o también para semiparar, amortiguar, desviar, rematar (penal), conducir, driblear, pasar el balón.

- d) Borde Externo.- generalmente se utiliza para engañar, desviar, conducir, driblear, rematar (tiro libre), pasar (pared corta) en jugadas rápidas con el balón.
- e) Punta.- es muy poco usada pero en algunos casos se la emplea en situaciones de urgencia (rechazos), (disparos instantáneos), sirve también para desviar la trayectoria del balón y para rematar.
- f) Taco (talón).- es de gran ayuda para emergencias en jugadas de distracción o lujo.

Rodilla.- nos sirve para pasar, amortiguar (casos extraordinarios).

Muslo.- en algunos casos es usado para amortiguar y dominar el balón.

El pecho.- es la parte que más nos ayuda para amortiguar, desviar, pasar el balón y anticipar algunas jugadas al contrario.

La cabeza.- por lo general es el recurso que más usan los jugadores durante el encuentro deportivo, pues esta parte del cuerpo nos ayuda a desviar, anticipar y rematar una jugada según la acción que vamos a realizar.

(Rivas, 2013)

La Conducción

Es poner en movimiento el balón por medio del contacto con el pie dándole trayectoria y velocidad teniendo visión panorámica, aplicado para avanzar y preparar el dribling en carrera siempre que nos permita cambio de ritmo.

Tipos de Conducción

Según las superficies de contacto

- a) Parte externa del pie.- La posición del cuerpo debe ser inclinada hacia fuera. El pie

conductor se dirige hacia dentro al momento de empujar el balón. La rodilla se acerca al eje del cuerpo. El pie queda flojo y lo giramos hacia dentro, para mover el balón.

b) Parte interna del pie.- Utilizamos parte del empeine del pie, durante la carrera la punta del pie conduce el balón, gira hacia fuera. La conducción correcta es cuando mantenemos el balón bajo nuestro control con una serie de movimientos armónicos, ininterrumpidos, manteniendo el impulso.

c) Con el empeine.- Es el empujar al balón con el empeine del pie lo cual hace que la acción sea más compleja que las anteriores.

d) Con la punta del pie.- Es una forma de conducción comúnmente rudimentaria, ya que el poco uso de esta técnica se debe a la pérdida de la precisión puesto que el balón está fuera de control.

e) Con la planta del pie.- Se la utiliza al momento de perfilarse en las jugadas de emergencia o cuando el balón nos queda un poco atrás y al momento que queremos protegerla del rival haciendo rodar la cual nos da mejor posibilidad de utilizar el cuerpo.

Según la trayectoria

a) Línea recta

b) Zig - Zag (slalom)

c) Cambios de dirección

d) Cambios de frente.

Tener en cuenta estos aspectos en la conducción del balón

a) El cuerpo debe permanecer ligeramente inclinado hacia delante.

b) El pie que golpea el balón debe perder toda rigidez.

c) La mirada siempre debe estar hacia delante, y sólo hachar rápidas ojeadas en el momento que el pie hace contacto con el balón.

- d) Los toques al balón deben ser cortos y pegados al pie cuando tenemos al rival cerca y largos, cuando el rival está lejos y necesitamos ganar espacios.

(Martín, 2001)

El Pase

El pase es realizado con distintas partes del cuerpo que no se penalicen el reglamento de fútbol. El pase está presente en distintas situaciones tanto defensiva como ofensivamente. Puesto que hay que saber entregárselo correctamente a un compañero el balón para ello debemos practicar una serie de movimientos adecuados para obtener resultados positivos. Pasar el balón no es más que cederlo al compañero mejor ubicado para que este haga una acción similar y así sucesivamente hasta obtener una posición de remate.



Imagen N° 1 “El Pase”

Fuente: LaLigaBBVA

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

No siempre debemos pasar el balón a un compañero cercano, pues debemos de aprender a pasar el balón al mejor ubicado, esto permitirá una mejor situación en el juego. Estas acciones de pases debemos realizarlas de manera, exacta y rápida para evitar que el adversario tenga el tiempo para lograr interceptarlo.

Como las situaciones del futbol son variadas debemos de saber emplear ocasionalmente las diversas partes del pie o pies para cederlo y cuando más rápido sea este mayor grado de efectividad tendrá nuestro juego.

Tipos de Pase

El pase es corto o largo en función de la distancia entre los jugadores no solo podemos hacer pases con los pies si no utilizar las diferentes partes del cuerpo que nos facilita las reglas del futbol. Solo el arquero podrá hacer uso de las manos y en su área para ceder el balón, los demás jugadores podrán utilizar los hombros, la cabeza, los muslos.

La distancia a la que se pretenda desplazar el balón, y alto o raso, en atención a la mayor o menor elevación de su trayectoria. Podemos hacer uso del pase de acuerdo a las condiciones que se nos presenta, utilizamos un pase a profundidad, cuando un compañero libre de marca puede aprovechar esta situación.

Según la Distancia

- a) Pases cortos
- b) Pases largos
- c) Pases medianos

Según la altura

- a) Pase a ras del suelo
- b) Pase a media altura
- c) Pase por elevación

Según el tipo de contacto

- a) Con la parte interna de pie
- b) Con la parte externa del pie
- c) Con el empeine
- d) Con la punta

e) Con el taco

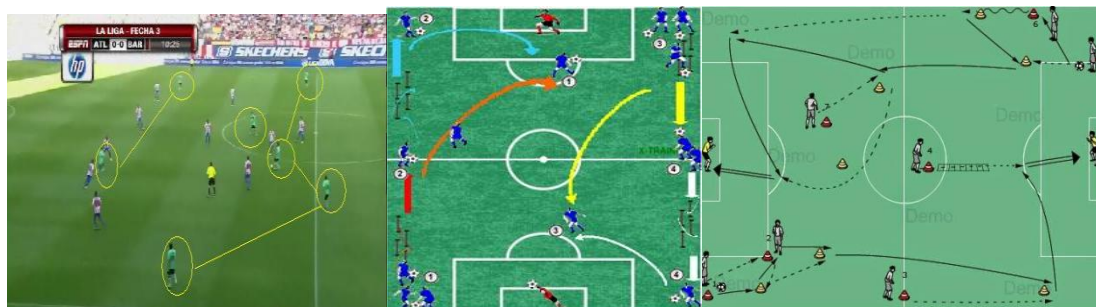


Imagen N° 2 “Tipos de pases”

Fuente: LaLigaBBVA

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Pase con el pie

Como es frecuente en todo encuentro de futbol, debe todo jugador saber los movimientos técnicos adecuados para tocar el balón correctamente. ¿Cómo debemos de pasar un balón a profundidad y elevado?

Hay que saber la posición del cuerpo para que no sea defectuoso. Debemos de tirar el cuerpo atrás antes de efectuar el pase, el pie de apoyo debe de estar un poco flexionada y al costado del balón el pie que va a efectuar el disparo debe de flexionar con fuerza y pegarle abajo del balón, esto dará como resultado una buena elevación.

“Como es lógico el pase que más se repite en cualquier partido se efectúa con el pie, entre otros motivos porque es el más seguro y preciso”

En todo encuentro futbolístico vemos con frecuencia que el pase lo dan con el pie es natural por que todo jugador debe saber darle al balón con el pie, esto le brinda una mayor seguridad. El secreto consiste en mantener la pierna en la que nos apoyamos bastante próxima al balón, y la rodilla y el cuerpo sobre el mismo en el instante del golpearlo. Debemos de saber golpear el balón correctamente primero, para después practicar un disparo con potencia.

(Ojeda, 2010)

Recepción del Balón

Como sucede con frecuencia en todo encuentro futbol, es necesario que el jugador sepa recepcionar o parar el balón, debe saber principalmente amortiguar la trayectoria y utilizar la parte más útil del cuerpo de acuerdo a las circunstancias del juego.

Para empezar con garantías cualquier acción es imprescindible tener perfectamente controlado el balón. Como siempre cualquier parte del cuerpo que el reglamento autoriza será válida para recibir el balón, es decir desde los pies hasta la cabeza, pasando por el mismo, el vientre y el pecho. La utilización de una u otra parte estará en función de las condiciones en que llegue el balón y, asimismo de las circunstancias que rodean al receptor.

Cuando queremos jugar un balón necesariamente debemos de pararlo para después cederlo. Utilizamos para ello cualquier parte del cuerpo (menos los brazos y las manos) de acuerdo a las circunstancias y a como venga el esférico.

(Ojeda, 2010)

Dominio del Balón

Es una acción (malabarismo) que consiste en controlar el balón la mayor cantidad de tiempo sin dejarlo caer al piso. Es necesario desarrollar este fundamento para la acción de juego.

Este control del balón a través de la acción técnica busca llegar a la “pericia técnica” que es la técnica depurada y desarrollada dentro de la dinámica del fútbol actual. Es también una forma de familiarizarse con el balón y a la vez ir mejorando la coordinación con él. Un jugador será mejor cuando más domine un balón, para ello puede utilizar cualquier parte del cuerpo para controlar el balón. Es importante saber dominar el balón para las diferentes situaciones de juego que se presentan.

No olvidemos nunca de practicar, pues todos los grandes jugadores jamás dejan de hacerlo en el curso de toda su carrera.



Imagen N° 3 "Dominio de balón"

Fuente: LaLigaBBVA

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Cuando más practiquemos dominar un balón cada día iremos perfeccionarnos más, ya que nunca se deja de practicar con diferentes balones; grandes, chicos, blandos o duros. Lo inmediato deberá hacer la colaboración de un amigo para que le envíe el esférico a varias alturas, desde ángulos y distancias distintas y acostumbrarse a pararla y amortiguar su golpe y valiéndose de la cabeza, el pecho, el muslo o los pies siempre de la forma más apropiada a como viene el balón.

(Roncero, 2008)

Dribling

Es un fundamento técnico individual el cual busca a través de la habilidad, el dominio del balón en carrera, como sortear, eludir o evitar al adversario con el fin de llegar al arco rival o en algunos casos con el simple objetivo de no perder la posesión del balón. Su elemento más importante es la finta, la cual nos ayudara a fortalecer el juego individual.

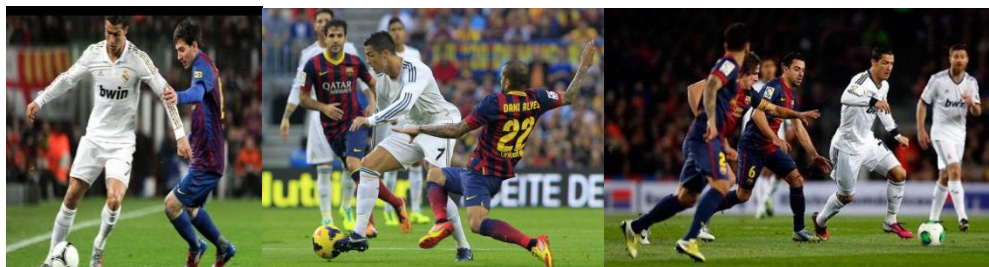


Imagen N° 4 "Dribling"

Fuente: LaLigaBBVA

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

La finta.- Son los movimientos que se los usa generalmente para el engaño, puesto que son ademanes los que realiza el jugador con el cuerpo para desorientar al adversario y así poder superarlo.

Objetivos de la Finta.

- a) Distraer la atención del adversario, para superarlos.
- b) Para ganar tiempo y espacio.
- c) Para no perder la posesión del balón.

(Engaño sin balón = finta)

(Engaño con balón ejecutado con finta = dribling)

Características del dribling.

- a) Es un fundamento técnico-individual.
- b) Se necesita tener gran pericia técnica y un agudo sentido de la improvisación.
- c) Exige creatividad.
- d) En mitad de campo sirve para descongestionar; para mantener la posesión del balón; en nuestra área nos ayuda a sacarnos de encima a un rival.

Tipos de dribling.

Según la complejidad de la ejecución.

- a) **dribling simple.**- Busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. Realizando el mínimo contacto con el balón.
- b) **Dribling compuesto.**- Se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.

Podemos dominar el balón de diferentes ángulos para poder así acostumbrarnos a desenvolvernos en las diferentes situaciones que se nos presenta en un encuentro de futbol.

El dominar el balón correctamente proporciona un mejor desenvolvimiento en las diferentes circunstancias de un juego de futbol. Debemos de dominar y controlar el balón con las diferentes zonas del cuerpo aprobadas por las reglas del futbol.

(FIFA, 2016)

Juego de Cabeza

Es muy importante saber utilizar la cabeza no solo para despejar si no para enviar un cabezazo al arco, es muy importante recalcar que para que sea un buen cabezazo debe de ser pegado con la frente y los ojos nunca deben de estar cerrado. Casi todas las alternativas analizadas en el pase y en el remate pueden ser aplicados al hablar de juego de cabeza. La frente es la parte más usada aunque también se utilizan las partes laterales, parietales, y la superior. Como hemos dicho anteriormente la frente es la más importante y no debemos de olvidarnos de no cerrar los ojos.



Imagen N° 5 "Juego de Cabeza"

Fuente: LaLigaBBVA

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Al aproximarse el balón, abra el compás de las piernas buscando el equilibrio e incline ligeramente la cabeza hacia delante impulsando la pelota contra el suelo con la frente. Procurando mantener los ojos bien abiertos hasta el momento de darle y no pierda de vista ni siquiera después de alejarla. Debemos de aprender a cabecear correctamente y cuando sigamos más estas instrucciones más efectiva será esta.

(Rivas, 2013)

El Centro

Como sabemos el centro es un tipo de pase mayormente se utiliza en la ofensiva y más específicamente los punteros .debemos de saber a centrar un balón de acuerdo a las circunstancias del juego, lo podemos hacer por alto, por bajo o media altura.



Imagen N° 6

Fuente: FIFA.com

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Aunque el centro, como cualquier otro tipo de pase, puede efectuarse por alto y por bajo, por definición es casi siempre por alto o media altura. La pierna que se apoya en el suelo deberá mantenerse ahora ligeramente detrás del balón de modo que basculando el cuerpo hacia atrás, el pie de bajo para elevarlo.

Si logramos aprender esta sincronización de movimientos habremos dominado la perfección de un buen servicio de centro, es muy importante saber bascular a la hora de efectuar el centro hay jugadores que aún no tienen la técnica adecuada y desperdician ataques por no saber efectuarlo.

(FIFA, 2016)

Remates, tiros (Chuts)

No es más que un tiro al arco y para ello debemos de pegarle con fuerza al balón para que el arquero y los defensores tengan pocos segundos para reaccionar, lo importante del disparo es la expectativita, la fuerza y la trayectoria del esférico. Para disparar hacia puerta lo más efectivo suele ser hacerlo al suelo apuntando a un metro del poste más alejado del portero. El disparo al ras del suelo suele ser el más difícil para los arqueros ya que tienen que lanzarse contra el piso que hay veces que causan lesiones y si se dispara con fuerza entonces tendrá de menos tiempo para poder llegar al balón como es lógico debemos de apuntar a una distancia pequeña del poste porque lo que todos pretenden es introducir el balón al arco y no que este choque en el poste.

Es un golpeo que se hace con el pie al balón con la finalidad de meter gol. Se puede chutar con las diferentes superficies del pie. Se puede chutar de diferentes formas:

- a) Punta: Se usa para chutar con la máxima potencia.
- b) Interior: Se usa para ajustar más el balón al lugar que quieres que vaya de esta manera el tiro o irá tan rápido que cuando chuteas de punta.
- c) Empeine: Se realiza con la parte anterior del pie.
- d) Talón: Se usa para sorprender al portero o al adversario.

(Guardiola, 2010)



Imagen N° 7

Fuente: FIFA.com

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Acción que intenta meter el balón en la portería rival. Constituye la conclusión lógica, la culminación de un ataque. Es la finalidad del fútbol. Requiere cualidades técnicas (buen golpe de balón y precisión en las trayectorias), cualidades físicas (potencia, coordinación y equilibrio) y cualidades mentales (determinación, audacia y confianza en uno mismo)

Es un fundamento técnico individual que consiste en golpear el balón con el fin de dirigirlo al arco rival con el único fin de lograr anotar un gol. A la hora de ejecutarlo hay que tener en cuenta varios factores para que este sea de mayor eficacia: la posición del portero, la distancia al arco, el ángulo de remate y el número de adversarios que se tengan delante previo al remate.

Las situaciones más favorables para emplear un remate pueden variar, es decir, cuando es por consecuencia de una pared ofensiva puesto que la defensa se encontrara sin ocasión a defender la portería, en las entradas por las puntas, cuando se realizan pases hacia el centro del área. (Rivas, 2013)

Tipos de remate.

Estos dependen de la situación en la cual se encuentre la persona que este con el balón.

De acuerdo a la superficie de golpeo:

- a) Remate con el empeine.- tiene potencia y dirección.
- b) Remate con el empeine interno.- tiene un efecto hacia afuera.
- c) Remate con el empeine externo.- tiene un efecto hacia dentro el balón
- d) Remate con la punta del pie.- usado en casos extremos con dificultad en la postura del cuerpo.

De acuerdo a la altura del balón.

- a) Remate a ras del suelo.- por lo general, a los ángulos bajos del portero.
- b) Remate a media altura.- busca efectividad y colocación.
- c) Remate de altura.- juego alto para evitar que llegue el portero.
- d) Remate de volea.- como le llega el balón al jugador.
- e) Remate de media vuelta.- busca la sorpresa del portero y da una acción estética al juego

De acuerdo a la dirección del balón.

- a) Remate en línea recta.
- b) Remate cruzados o en diagonal.
- c) Remate con efecto.

(Ojeda, 2010)

Planificación del Entrenamiento

Se puede decir que la planificación es la parte, esencial e imprescindible en cualquier actividad deportiva que nosotros la vayamos a realizar, pues los deportistas que van a participar en este programa de entrenamiento buscan alcanzar las metas planteadas al inicio del plan de entrenamiento.

A través de las diferentes épocas la necesidad de alcanzar un rendimiento óptimo, provoca que los deportistas y entrenadores buscaran un nuevo sistema de entrenamiento para lograr dichos objetivos.

El entrenador posee una misión fundamental la cual es ayudar al jugador a fortalecer y desarrollar su talento deportivo, lo cual incluye los factores de tipo físico - motor, psicológicos que son de vital importancia en su rendimiento deportivo. Se puede ayudar al deportista a mejorar el talento físico, así como también la actitud las cuales determinan la actuación del jugador dentro del entrenamiento y previa a la competición ya que es labor del entrenador el atender las necesidades y problemas relacionados con la práctica deportiva.

Características

- ✓ Proceso en el cual se producen modificaciones en el estado físico, psíquico, cognitivo y afectivo en el deportistas
- ✓ Optimización del rendimiento físico
- ✓ Se lo realizara en forma sistemática
- ✓ Evita la improvisación.

Etapas

- ✓ Forma y desarrolla al organismo
- ✓ Aprendizaje de técnicas
- ✓ Educa las cualidades morales previo al comienzo de un certamen para saber cómo debe comportarse ante la sociedad
- ✓ Califica el desarrollo deportivo de cada deportista

Beneficios

- ✓ Preparación Física
- ✓ Preparación psicológica
- ✓ Mantener un estado de forma optima
- ✓ Mejorar la condición de vida (salud)

(Martín, 2001)

Entrenamiento Deportivo

El entrenamiento deportivo es un proceso el cual mediante la aplicación de estímulos es para mejorar la actividad física deportiva de los jugadores la cual se realiza mediante un método científico que no es aleatorio, mucho menos improvisado pues sino afectaríamos a nuestros deportistas.

La Preparación física es la parte fundamental del Entrenamiento Deportivo en las diferentes actividades deportivas que se realizan donde se trabajan las cualidades físicas, la misma que se divide en 3 fases el primer periodo llamado periodo de preparación general, periodo de preparación específica, periodo de transitorio y competición. (FIFA, 2016)

Tipos de entrenamiento

De velocidad: es la carrera larga con una velocidad moderada, continua que otorga resistencia, la cual educa al músculo para tomar las grasas como combustible y oxida el material energético. Esto sirve para mejorar la potencia aeróbica en las series y repeticiones de los ejercicios de cabecera para el fortalecimiento de la velocidad. Así también existen otros tipos de ejercicios fundamentales como lo son los cambios de ritmo y los trabajos de fuerza.

Trabajando la fuerza en la velocidad lograremos el aumento en la recuperación muscular del deportista, pues podemos prevenimos lesiones, mejoramos y

potenciaremos la técnica de carrera. Esto genera más fuerza = más velocidad, la cual tienen muy presente los corredores de fondo. Los ejercicios abdominales y lumbares son primordiales pues mantienen nuestro tronco erguido, evitan dolores de espalda y de la pelvis. La técnica de carrera es un trabajo regular si pretendemos adquirir una excelente postura y eficacia. Luego de haber corrido, debemos estirar, para luego no tener que lamentar el desequilibrio muscular y lesiones. El estiramiento es suave y corto, al inicio de la actividad y el posterior requiere más concentración y tiempo en el estiramiento. (Martín, 2001)

De potencia es la tasa a la cual se realiza el trabajo. La potencia también es definida como la fuerza multiplicada por la velocidad. Por ejemplo mover rápidamente una carga pesada requiere mayor concentración y potencia para mover la misma carga lentamente. En el atletismo, fútbol y natación tanto la fuerza como la potencia son cualidades visibles de todos los movimientos. Algunos entrenadores deportivos ven a la fuerza como la capacidad para soportar lesiones o la lucha por una mejor posición en el campo de juego tal como la toma de rebotes en el básquetbol. Por otro lado, la potencia, puede ser vista como la velocidad de movimiento o la rapidez al correr o al saltar.

(Martín, 2001)

La importancia en el Entrenamiento Deportivo

Es muy importante pues nos ayuda a mantener y fortalecer los sistemas muscular, óseo, cardiovascular la cual contribuye al aumento en la calidad de vida y desarrollo en la práctica deportiva.

- ✓ Mejora el aspecto físico de la persona.
- ✓ Mejora el sistema inmune.
- ✓ Regula todos los índices relacionados con hipertensión, glucemia y grasas en la sangre.

- ✓ Mejora la calidad del sueño.
- ✓ El ejercicio físico reduce factores de riesgo cardiovascular, como la hipertensión arterial.
- ✓ Además, disminuye el riesgo de lesiones degenerativas del aparato locomotor y reduce la incidencia la depresión o la ansiedad. (Pardo, 2008)

Ventajas del entrenamiento deportivo

La finalidad del entrenamiento deportivo es conseguir que nuestro cuerpo alcance un nivel óptimo para iniciar una actividad deportiva, en la cual podamos rendir al máximo y reducir las lesiones en los deportistas.

- ✓ Mejora las posibilidades orgánicas de tipo fisiológico y físico del deportista.
- ✓ Fortalece el movimiento corporal con un mejor desarrollo de la coordinación y equilibrio en el deportista.
- ✓ Mejora la actividad cardiaca y respiratoria, la cual fortalece al deportista en las competiciones.
- ✓ Ayuda en la prevención de lesiones musculares y articulares

(Martín, 2001)

Variable Dependiente

Rendimiento Deportivo

Dentro del conjunto de elementos que influyen a los futbolistas en el rendimiento deportivo, uno de los más importantes en función del tipo de deporte es el que se encuentra relacionado con el Rendimiento Físico.

El rendimiento físico se basa en la relación con la capacidad de producción de energía por parte de los diferentes músculos que están involucrados en la actividad, así como también en la producción de energía que en función del deporte tendría unas características diferenciadas de potencia o de resistencia. Estas diferentes características en la producción de energía varían o están determinadas en gran parte por su mejora, la cual busca que lleguemos al máximo nivel los cuales vienen dados por el entrenamiento físico.



Imagen N° 8

Fuente: Dietrich Martin

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

El concepto de rendimiento deportivo deriva de la palabra paformer, adoptada del inglés, que significa cumplir, ejecutar. A su vez, este término viene del francés

antiguo que significa cumplimiento. De esta manera, podemos definir el rendimiento deportivo como una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite a los deportistas expresar su potencial en lo que refiere a las condiciones físicas y mentales.

(Instituto Europeo Campus Stellae, Apuntes de cátedra, 2012).

Por su parte Martin lo define como "el resultado de una actividad deportiva que, especialmente dentro del deporte de competición, cristaliza en una magnitud otorgada a dicha actividad motriz según reglas previamente establecidas"

(Martin, 2001)

Existen varias teorías que intentan dar una explicación del rendimiento deportivo:

- **Enfoque bioenergética del rendimiento deportivo.** Orientado a interpretar las características energéticas (cantidad de energía, modificaciones en función de la duración, intensidad y forma de ejercicio)
- **Teoría de la concentración muscular.** Orientada a comprender los mecanismos íntimos de la contracción muscular en relación con los metabolismos energéticos.
- **Teoría del sistema cardiovascular y del entrenamiento deportivo.** Tanto la función circulatoria como la función ventilatoria influyen en el rendimiento deportivo.
- **Teoría de los efectos de la temperatura y de la altitud.** Los factores ambientales que pueden modificar el aporte de oxígeno y/o alterar el metabolismo energético. Valorar la aclimatación al calor o a la altitud, etc.
- **Teoría del entrenamiento.** El entrenamiento (deportivo) se define como: "La preparación de un animal, de una persona o de un equipo a cualquier rendimiento mediante ejercicios apropiados" (Petit Robert, 1993) referenciado en Instituto Europeo Campus Stellae, Apuntes de cátedra (2012).

Esta definición comprende los tres aspectos esenciales del entrenamiento: la noción de rendimiento en el sentido genérico del término, la de especificidad de los ejercicios, y la noción de planificación.

Las diferentes teorías se enfocan en el examen de la acción motriz y habitualmente, sobre el análisis del momento de la competición, sobre todo en la "alta competencia". Pero, debemos advertir que existen otros momentos o situaciones dentro de la actividad deportiva, en el cual es posible delimitar variaciones en el rendimiento deportivo que afecten o apoyen los resultados del practicante.

El estado de entrenamiento de un deportista se expresa en el mejorado nivel de su rendimiento, el cual es influido por el entrenamiento, la competencia y otras ayudas. Si tomamos el rendimiento de un deportista de elite, veremos que sus logros dependerán de la obtención del máximo posible de sus capacidades deportivas. La incorporación de herramientas que maximicen esos resultados dependerá, no solo de la performance en el propio evento competitivo, sino del trabajo que realice durante todo el proceso deportivo.

Desde la psicología del deporte se pretende delimitar inicialmente un espacio conceptual específico para la mejora del rendimiento deportivo. Para ello, La Psicología del Rendimiento Deportivo propone un ámbito que contenga lo que está relacionado directamente con las posibles variaciones del rendimiento de la tarea deportiva. Si aceptamos que la Psicología estudia la conducta humana, la Psicología del Rendimiento Deportivo debe estudiar la conducta que desarrolla el deportista.

El objeto de estudio de la Psicología del Rendimiento Deportivo deber ser el deportista cuando hace deporte, y no el deportista que hace deporte.

(Instituto Europeo Campus Stellae, Apuntes de cátedra, 2012).

Para comprender de qué manera la PRD (Psicología del Rendimiento Deportivo), puede favorecer el rendimiento deportivo en deportistas de elite, es conveniente repasar algunos de los conceptos más relevantes que definen los límites de su espacio de trabajo. Así tenemos:

- **La conducta deportiva:**

La PRD nos permite estudiar conductas y además, los comportamientos de todos los integrantes del universo del deporte en el momento de su actividad deportiva.

Existen conductas fuera de la actividad deportiva que pueden intervenir en el rendimiento deportivo, por ello, es importante determinar cuáles son las conductas en las que el profesional de la PRD en las cuales deberá trabajar para realizar una intervención efectiva en rendimiento deportivo. (Matvéiev, 2012)

- **El rendimiento.**

La función del profesional de la PRD en este concepto, consiste en valorar la mejora del rendimiento en relación con los objetivos marcados o según las posibilidades del deportista en cada momento. Entendiendo que el rendimiento será inherente a la capacidad de ejecución de una acción y el resultado real de la acción. (Matvéiev, 2012)

- **La competición.**

Para delimitar el campo de aplicación de la PRD, debemos diferenciar el concepto competición, en términos de "ser capaz de competir" y no en términos de confrontación, pues son significados muy diferentes ya que exigen concentración y determinación al momento de iniciar las diferentes actividades deportivas. A la hora de realizar una intervención en el rendimiento deportivo, el profesional de la PRD debe orientarse sobre la interpretación de "ser competente", y no en el de "querer

ganar". La distinción entre ambos términos es importante puesto que no será lo mismo si actuamos para ganar como único objetivo o, si sólo queremos mejorar nuestra capacidad de respuesta ante una situación dificultosa. (Matvéiev, 2012)

- **La condición salud/enfermedad.**

El trabajo sobre esta condición determina presentarlos como expresiones contrapuestas, dado que la intervención del profesional de la PRD, dependerá del punto de vista profesional ya que determine la situación específica, que se encuentra el deportista. Es decir, mejorar el rendimiento o ayudar a sobreponernos, pasar una enfermedad producto de realizar deporte. (Matvéiev, 2012)

- **La multidisciplinariedad.**

Para mejorar el rendimiento deportivo, sobre todo en el deporte de alto rendimiento, resulta preciso integrar los diferentes conocimientos derivados de cada una de las ciencias del deporte para conseguir un objetivo común, así de tal manera se puede complementar al deportista previa una competición en la que vaya a desenvolverse, en la cual buscara la manera de lograr un óptimo resultado. (Martín, 2001)

- **La Autonomía.**

Desde la PRD, el concepto de deportista autónomo, permite el desarrollo de la capacidad de autoconocimiento y de toma de decisiones. Esta noción es importante porque aplica sobre las capacidades necesarias para el aprendizaje de las habilidades. (Martín, 2001)

- **El concepto Eficacia/eficiencia.**

El trabajo del profesional de la PRD consiste en un programa de estrategias o acciones de manera eficaz, consiguiendo alcanzar los objetivos con la mayor rapidez

y de la mejor manera. Esta característica, resulta esencial sobre el trabajo en el plano del rendimiento deportivo.

El nivel más alto de rendimiento que un deportista puede alcanzar de acuerdo a su nivel de entrenamiento, en cualquier nuevo período de competición, se define como forma deportiva.

Matvéiev, referenciado por Instituto Europeo Campus Stellae, Apuntes de cátedra (2012)

La información objetiva sobre el avance del desarrollo de los factores individuales que determinan el rendimiento se obtiene mediante pruebas especiales llevadas a cabo mediante test pedagógico-deportivos específicos, test psicológicos, pruebas de la medicina deportiva y exámenes bioquímicos y biomecánicos. Estos test deben llevarse a cabo periódicamente, en cortos intervalos y del modo más amplio posible.

Se los debe evaluar de modo rápido y completo y deben relacionarse los resultados de los datos sobre el análisis del entrenamiento, e interpretárselos junto con los datos obtenidos de las habituales observaciones del entrenador. La comparación entre los resultados de estas pruebas y los rendimientos logrados bajo condiciones competitivas, permite sacar conclusiones sobre la forma en que estos factores del rendimiento se relacionan durante la competencia, dicen que "en el deporte, la competición sirve como mecanismo cuantitativo para reconocer la excelencia".

En el caso de los deportistas de elite, para poder proyectar un rendimiento competitivo altamente especializado, es necesario orientar el entrenamiento hacia el desarrollo de capacidades y destrezas individuales, a fin de establecer nuevas exigencias de rendimiento tendientes a alcanzar una mejor producción en la próxima competición. Singer y Janelle (1999) referido en Lorenzo y Calleja (2010).

Debemos recordar, que el perfeccionamiento de los factores individuales del rendimiento del deportista, no necesariamente deben vincularse con el mejoramiento continuo de los resultados de las competencias. Para ello es importante, que en la preparación para las competencias se deberán restablecer los vínculos en un nivel superior para que guarden relación con las bases de entrenamiento mejoradas. Este proceso de transformación conducirá a la obtención de mejores resultados en la competencia, organizado a través de una forma constante de consolidación entre rendimiento deportivo y los factores individuales de rendimiento podrá cambiar en función de las decisiones que se adopten sobre las medidas metodológicas del entrenamiento.

El rendimiento deportivo, se encuentra ligado al éxito, por ello, todo deportista que se presenta a una competición desea salir vencedor o, por lo menos, ocupar un buen lugar en comparación con sus competidores. Esto sólo es posible si los rendimientos de todos los participantes en la competición se valoran por el mismo nivel, de forma que pueda establecerse una clasificación de acuerdo con los rendimientos. Vemos que independientemente de la situación en la competición o incluso durante el período de entrenamiento, al deportista le interesa que se estimen sus rendimientos. El deportista desea conocer qué mejoras ha conseguido durante el entrenamiento, que nivel posee comparado con otros deportistas de su nivel, y en qué aspectos necesita mejorar. Esta forma de análisis del rendimiento se convierte en una parte importante del proceso de entrenamiento, con repercusiones en los adelantos en el aprendizaje, la situación motivadora, la disposición para el esfuerzo, la satisfacción y la confianza en sí mismo del atleta. En la alta competencia, la valoración de los rendimientos deportivos sobre la base de escalas de medidas, desempeña un papel fundamental debido a que proporciona un estado de las capacidades físicas del deportista. Es evidente que las capacidades físicas que han permitido a una persona alcanzar un alto nivel deportivo permanecen durante algunos años, sin embargo, no todos los deportistas ni todas las deportistas consiguen mantener el rendimiento deportivo. Es evidente que el

procesamiento de la información, la atención, la toma de decisión e incluso la ejecución, se ven afectadas por los distintos niveles de ansiedad, motivación, alegría y otras emociones a lo largo de la competición. "Los deportistas toman decisiones mientras se encuentran físicamente y emocionalmente excitados. Cuando el stress aparece, los deportistas modifican sus Modus Operandi"

(Tenenbaum, 2003, p. 207, referenciado por Lorenzo y Calleja, 2010).

En el área deportiva, específicamente en los deportistas de elite, el papel del Psicólogo del Rendimiento Deportivo, esta contribuye a la obtención de un mejor manejo, desarrollo y avance del proceso que tiene por objetivo final la mejora del deportista a través de lograr una excelencia en su rendimiento deportivo. Básicamente, podemos entender el rendimiento deportivo como la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas. Es por esta razón es que nos resulta fundamental que abordemos la preparación en cualquier deporte desde una perspectiva global y de conjunto. Cuantos más aspectos trabajemos, más probabilidades tendremos de conseguir los resultados deportivos deseados. Por desgracia, esto no siempre lo tenemos en cuenta, al momento de la participación en las diferentes competiciones y no abordamos de manera adecuada la preparación de nuestros deportistas.

Con frecuencia, nuestros planes de entrenamiento se centran en alguno o algunos de los factores que contribuyen al rendimiento deportivo, descuidando otros de igual o mayor importancia. Y es en los momentos más importantes, las competiciones, donde se manifiestan en toda su intensidad nuestras deficiencias, llegando a arruinar todo nuestro trabajo realizado en los entrenamientos, por tal motivo debemos trabaja en conjunto para lograr los objetivos que deseamos conseguir.

Es fundamental, por lo tanto, es importante que tengamos en cuenta esta perspectiva global detectando necesidades y estableciendo objetivos concretos en cada factor

específico, planificando y aplicando el trabajo a realizar, y evaluando la calidad y eficacia de lo realizado.

Dichos factores que contribuyen al rendimiento deportivo son:

- Condición física
- Condición técnica
- Condición táctico-estratégica
- Condición psicológica

(Pardo, 2008)

CONDICIÓN FÍSICA

La mejora y puesta a punto de la condición física nos permite desarrollar toda nuestra capacidad física y adquirir el mejor estado posible para poder afrontar con garantías las exigencias de un entrenamiento y una competición. Para conseguir estos objetivos, deberemos trabajar:



Imagen N° 9

Fuente: Martín A.

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

- La **preparación física**, que según edad y condición física de partida, puede abarcar tanto el desarrollo de la capacidad física, a través de la adquisición y perfeccionamiento de habilidades o destrezas físicas básicas (saltar, correr), como el acondicionamiento físico específico, dirigido a competición (resistencia, velocidad, fuerza, coordinación, flexibilidad)
- La **preparación invisible**, principalmente centrada en la nutrición (adecuada al deporte practicado), las ayudas ergogénicas (dentro de los límites legales establecidos) y el descanso (en cantidad y calidad de sueño)
- Las **lesiones**, ya sea evitándolas (mediante acondicionamiento preventivo físico o fisioterapéutico, mejora de la técnica, etc.), ya sea tratándolas apropiadamente, para recuperar nuestra funcionalidad y perder el menor número de sesiones de entrenamientos y competiciones (rehabilitación física y psicológica)
- La adecuada **planificación y programación del entrenamiento** (carga, volumen, intensidad, densidad, duración) y la correcta aplicación del trabajo requerido para su cumplimiento.

(Martín, 2001)

Condición Técnica

Todos los deportes requieren, en mayor o menor medida, del control de movimientos ideales y específicos. Sería lo que llamamos “técnica deportiva”. Para la correcta práctica de cualquier deporte, por lo tanto, se hace imprescindible el control y dominio técnico de sus movimientos.

La condición técnica la podemos, y debemos, mejorar mediante el entrenamiento. Y sólo así tendremos probabilidades reales de rendir satisfactoriamente en una competición.

Por un lado, tenemos la **preparación técnica**, consistente en aprender y mejorar el comentado repertorio de movimientos específicos. Su importancia dependerá de ciertos factores, como grado de experiencia del deportista (principiante, aficionado, profesional), momento de la temporada (meso ciclo básico, específico, competitivo), el coste-beneficio de mejorar una técnica (esfuerzo necesario para obtener una mejora) y el grado de beneficio a obtener (significativo o no).

Otro aspecto a considerar es la **puesta a punto técnica**, es decir, preparar convenientemente todo el repertorio de habilidades técnicas que podríamos llegar a necesitar en competición. Aquí tenemos que diferenciar entre *técnicas de precisión*, que requieren un mayor número de ensayos y elevada dosis de concentración, y *técnicas de esfuerzo*, las cuales exigen una mayor capacidad de sufrimiento.

Condición Táctico-Estratégica

La mayoría de deportes incluyen un apartado táctico-estratégico de notable efecto en el rendimiento global. El elemento crucial en este apartado es la **capacidad de decisión y ejecución**. Estas decisiones, más o menos complejas, serán las que tomaremos en función de las circunstancias propias de cada deporte.

Una estrategia deportiva consiste en el planteamiento de una serie de decisiones para conseguir una meta final deseada. Una táctica sería una acción para cumplir con el planteamiento y que nos acerca a dicha meta. La estrategia sería el “qué conseguir” y la táctica sería el “cómo conseguir”.

Para poder desarrollar nuestro “comportamiento táctico” de una manera eficaz, necesitamos conocer y comprender las distintas situaciones relevantes que se nos pueden plantear en la competición, dominar las soluciones más convenientes para cada situación específica, percibir y discriminar los criterios que deben servirnos

como indicadores para tomar la decisión correcta de actuar de una manera u otra. En resumen, como deportistas que buscamos el máximo rendimiento, necesitamos desarrollar “conductas de toma de decisiones” para poder optar por la mejor acción en cada momento, en función de las características de la situación y de nuestros propios recursos para afrontarla. (Pardo, 2008)

Condición Psicológica

La mejora y puesta a punto de la condición psicológica es otro aspecto a tener en cuenta en el rendimiento deportivo. Básicamente, el objetivo del **entrenamiento psicológico** es potenciar los beneficios de las sesiones de entrenamiento y conseguir un rendimiento máximo en competición. Esto se consigue trabajando ciertos aspectos psicológicos que inciden de manera significativa en el rendimiento físico y deportivo, como pueden ser la autoconfianza, la motivación, el estrés, el nivel de activación, la atención, la agresividad, la cohesión de equipo y otras variables de tipo cognitivo o emocional. Por desgracia, el factor psicológico es el 'gran olvidado' de los deportistas, básicamente por el desconocimiento del gran potencial de crecimiento que se puede obtener trabajando esta condición. Una cuidadosa preparación mental puede marcar las diferencias entre dos deportistas de similares características. Esta preparación la podemos llevar adelante mediante la adecuada planificación junto al resto de factores que intervienen en el rendimiento (condición física, técnica y táctico-estratégica) y la elaboración de programas específicos de intervención psicológica.

Lorenzo, A., y Calleja, J. (2010). Factores condicionantes del desarrollo deportivo. Bilbao. Diputación Foral de Vizcaya.

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque

La presente investigación es de carácter cualitativa y cuantitativa

Es cualitativa porque se va a valorar las cualidades que poseen los niños al finalizar la etapa de aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol

Es cuantitativa debido a que se van a utilizar procesos matemáticos y estadísticos para valorar los datos obtenidos en las encuestas a realizarse.

3.2 Modalidad de la Investigación

Investigación Bibliográfica

La presente investigación que se llevara a cabo será bibliográfica y lincográfica, debido a que nos permitirá revisar, ampliar y profundizar en conocimientos de diferentes autores para poder desarrollar la investigación.

Investigación de Campo

Este trabajo se lo llevara a cabo en la Unidad Educativa ABC, de la ciudad de Ambato en el año lectivo 2015 – 2016.

3.3 Nivel o tipo Exploratorio

Esta investigación es de campo

El objetivo primordial de este tipo de investigación es facilitar una mayor penetración y comprensión del problema que enfrenta el investigador.

3.4 Población y Muestra

En el presente trabajo de investigación se ejecutara con los niños de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC cuya población es de 48 niños

Población	Número
Profesores	2
Estudiantes categoría inferior	48
Total	50

*Cuadro N° 1 Población y Muestra
Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez*

3.5 Operacionalización de las Variables

Cuadro N° 2 Variable Independiente: Fundamentos Técnicos de Fútbol

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORIAS	INDICADORES	ITEMS	TECNICAS - INSTRUMENTOS
Son las acciones en las cuales predomina el gesto técnico, con el propósito de fortalecer la práctica deportiva, la misma que se aprende mediante movimientos	Gesto técnico Fortalecer Movimientos	Observación Técnica Salud Con balón Sin balón	¿Piensa usted que los fundamentos técnicos de fútbol se desarrollan mediante la observación? ¿Piensa usted que la práctica de fútbol mejora la salud de los niños? ¿Cree usted que se fortalece los fundamentos técnicos usando materiales en la práctica?	

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Variable dependiente

Cuadro N° 3 Variable dependiente: Rendimiento Deportivo

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORIAS	INDICADORES	ITEMS	TECNICAS - INSTRUMENTOS
Es la capacidad del profesor para expresar su metodología de trabajo para aplicarlos mediante los diferentes recursos en el fortalecimiento de sus determinados aspectos deportivos.	Metodología Recursos	Plan de clase Materiales Social	¿La metodología del profesor ayuda en el desarrollo del rendimiento deportivo? ¿Los implementos deportivos fortalecen el rendimiento deportivo? ¿Piensa usted que los aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo?	

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

3.6 Plan de recolección de la Información

El plan de recolección de la información contempla estrategias metodológicas requeridas por los objetos e hipótesis de investigación, de acuerdo con el enfoque escogido. Para concretar la descripción del plan de recolección de la información conviene contestar a las siguientes preguntas:

3.7 Plan de procesamiento de la Información

Cuadro N° 4 Plan de procesamiento de la Información

Preguntas Básicas	Explicación
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos planteados en la investigación
¿De qué personas u objetos	A los niños de la Unidad Educativa ABC
¿Sobre qué objetos?	Los fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo
¿Quién, Quienes?	Kleber Bonilla
¿Cuándo?	Año lectivo 2015-2016
¿Dónde?	Unidad Educativa ABC
¿Cuántas veces?	2 o 3
¿Qué técnicas de recolección?	Observación, Encuesta
¿En qué situación?	Por los bajos fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de los Resultados

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

El resultado de los datos de la investigación van a ser ordenados, procesados y analizados, los mismos que serán puestos en consideración a través de la estadística descriptiva y serán presentados en cuadros con datos numéricos en términos de frecuencia, porcentaje y gráficos circulares para dar mayor facilidad a la interpretación.

A continuación se detalla los resultados obtenidos de las preguntas enlistadas que conforman la encuesta, los mismos que se complementan con el análisis e interpretación y con la ayuda de las respuestas de las entrevistas, los que se representan en forma gráfica.

Resultado de la encuesta dirigida a estudiantes (48).

4.2 Interpretación de Datos

1. ¿Piensa usted que los fundamentos técnicos de fútbol se pueden desarrollar mediante la observación?

Cuadro N° 5 Fundamentos técnicos de fútbol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	33	69%
NO	15	31%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

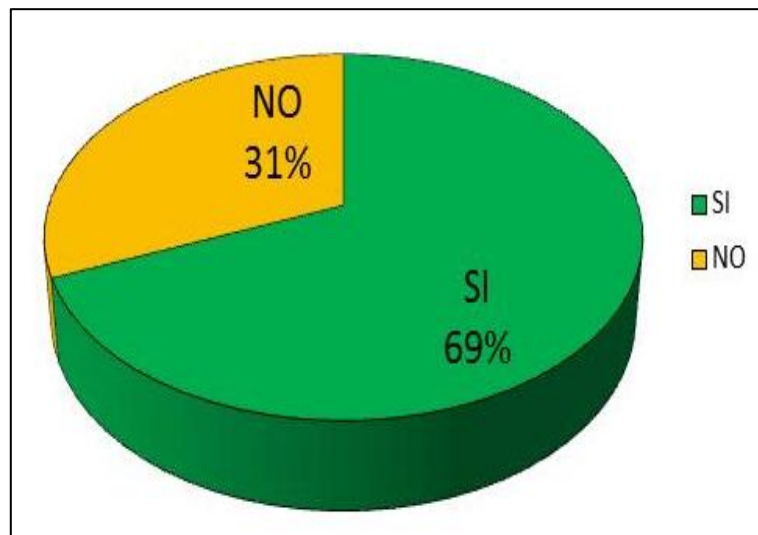


Gráfico N° 5 Fundamentos técnicos de fútbol

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 69 % expresa que los fundamentos técnicos de futbol se pueden desarrollar mediante la observación mientras que, el 31 % expresa que no se puede desarrollar los fundamentos técnicos de futbol.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados nos damos cuenta que mediante la observación podemos adquirir conocimientos y desarrollar los fundamentos técnicos de futbol.

2. ¿Cree usted que podemos fortalecer los fundamentos técnicos de fútbol mediante la práctica deportiva?

Cuadro N° 6 Fortalecer los fundamentos técnicos

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	38	79%
NO	10	21%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

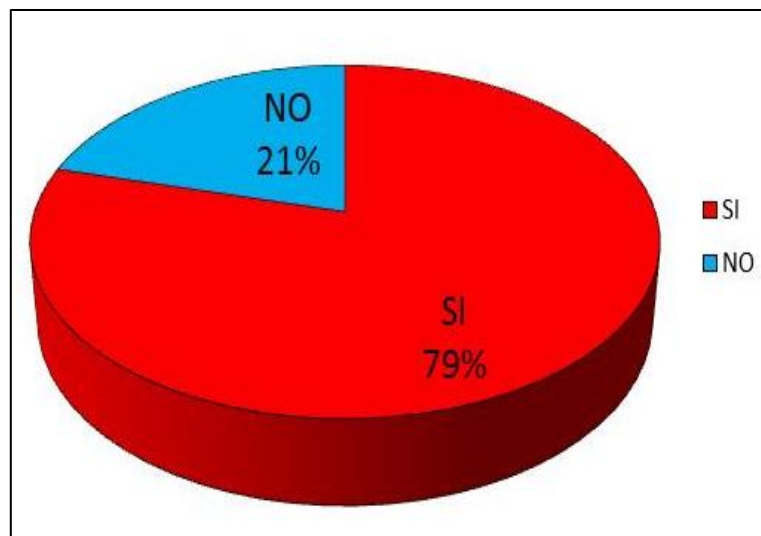


Gráfico N° 6 Fortalecer los fundamentos técnicos

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 79 % expresa que podemos fortalecer los fundamentos técnicos de futbol mediante la práctica deportiva, mientras que, el 21 % expresa que no se puede fortalecer los fundamentos técnicos de futbol mediante la práctica deportiva.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados nos damos cuenta que es factible el fortalecimiento de los fundamentos técnicos de futbol mediante la práctica deportiva.

3. ¿Podemos desarrollar los fundamentos técnicos usando materiales en la práctica deportiva?

Cuadro N° 7 Fundamentos técnicos usando materiales

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	39	81%
NO	9	19%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

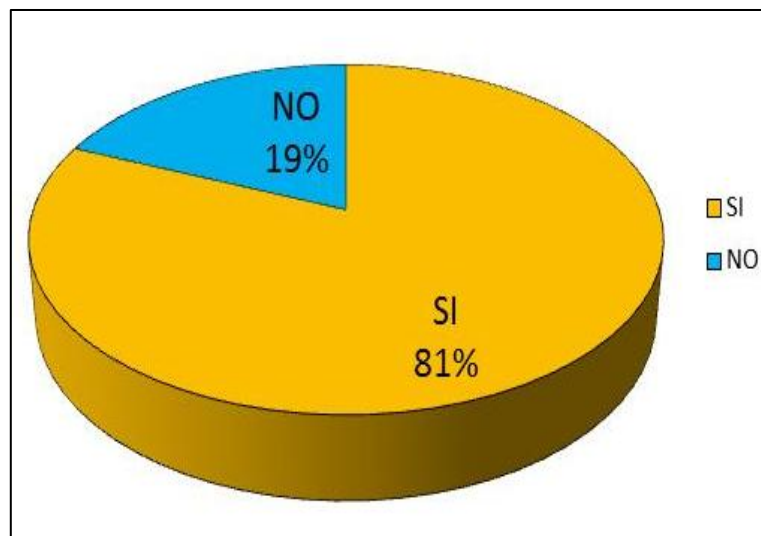


Gráfico N° 7 Fundamentos técnicos usando materiales

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 81 % expresa que podemos desarrollar los fundamentos técnicos de futbol mediante el uso de materiales en la práctica deportiva, mientras que, el 21 % expresa que no se puede desarrollar los fundamentos técnicos de futbol mediante el uso de materiales en la práctica deportiva.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados nos damos cuenta que es de gran importancia el uso de materiales en la práctica deportiva para fortalecer los fundamentos técnicos de futbol.

4. ¿Considera usted que es necesaria la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol en la formación del ser humano?

Cuadro N° 8 Práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	43	90%
NO	5	10%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

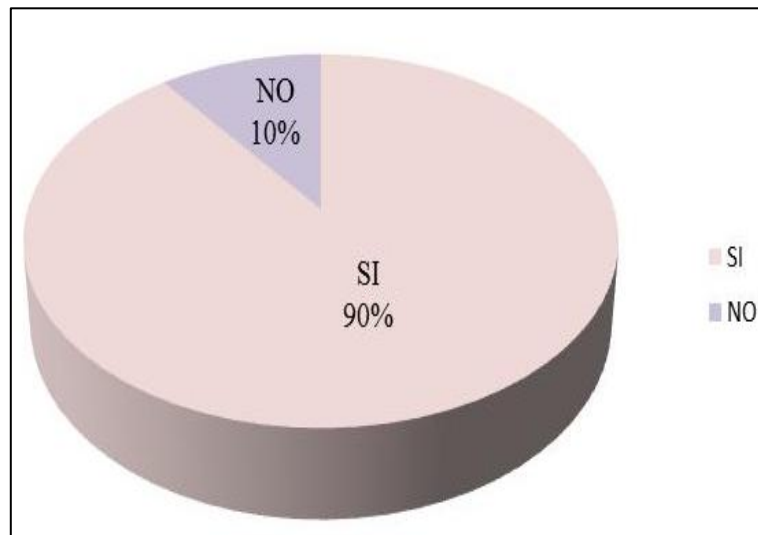


Gráfico N° 8 Práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 90 % expresa que puede mejorar la formación del ser humano mediante la práctica de los fundamentos técnicos de futbol, mientras que, el 10 % expresa que no se puede mejorar la formación del ser humano mediante la práctica de los fundamentos técnicos de futbol.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados podemos darnos cuenta que podemos ayudar en la formación del ser humano mediante la práctica de los fundamentos técnicos de futbol.

5. ¿Piensa usted que la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud en los niños?

Cuadro N° 9 Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	41	85%
NO	7	15%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

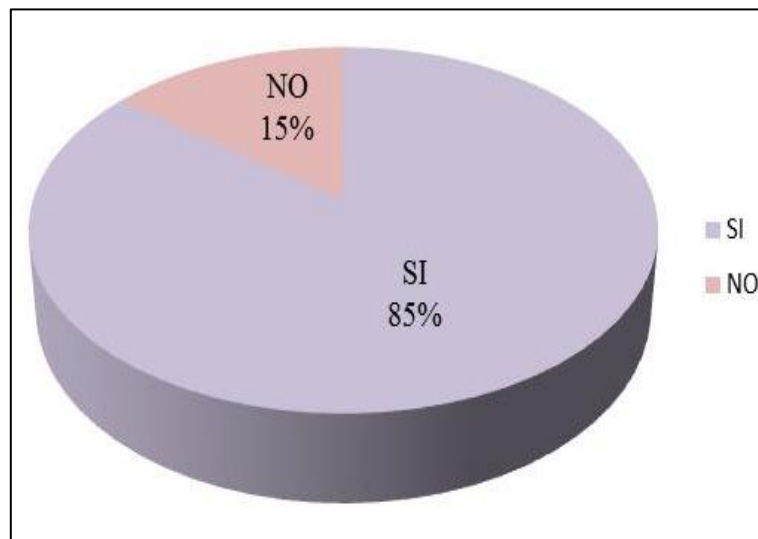


Gráfico N° 9 Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 85 % expresa que la práctica de los fundamentos técnicos de futbol ayuda a la salud en los niños, mientras que, el 15 % expresa que la práctica de los fundamentos técnicos de futbol no ayuda a la salud en los niños.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados nos damos cuenta que mediante la práctica de los fundamentos técnicos de futbol ayuda a mejorar la salud en los niños.

6. ¿Cree usted que una buena enseñanza ayuda en el desarrollo del rendimiento deportivo?

Cuadro N° 10 Desarrollo del rendimiento deportivo

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	39	81%
NO	9	19%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

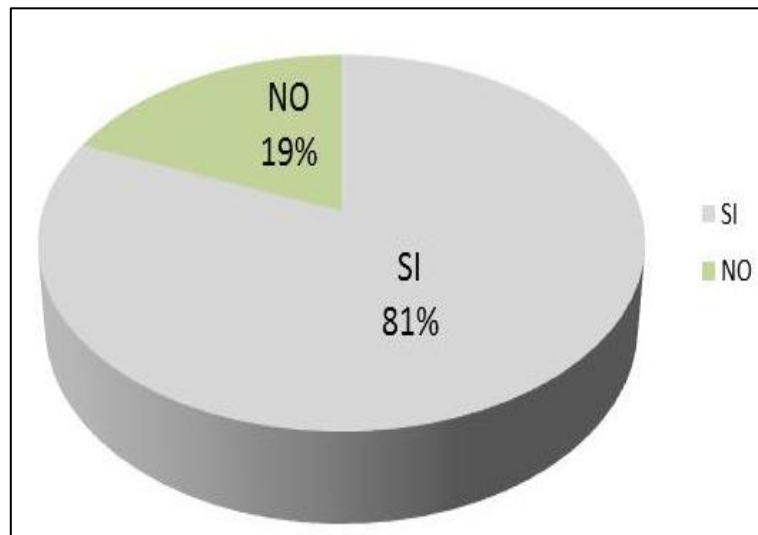


Gráfico N° 10 Desarrollo del rendimiento deportivo

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 81 % expresa que una buena enseñanza de los fundamentos técnicos de futbol ayuda en el desarrollo del rendimiento deportivo, mientras que, el 19 % expresa que una buena enseñanza de los fundamentos técnicos de futbol no ayuda en el desarrollo del rendimiento deportivo.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados podemos darnos cuenta que mediante una buena enseñanza de los fundamentos técnicos de futbol ayuda al desarrollo del rendimiento deportivo.

7. ¿Considera usted que los implementos deportivos fortalecen el rendimiento deportivo?

Cuadro N° 11 Implementos Deportivos

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	26	54%
NO	22	46%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

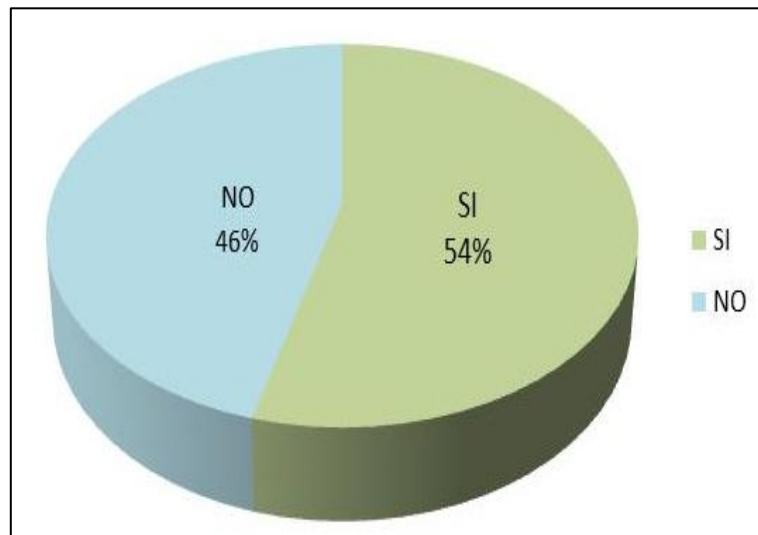


Gráfico N° 11 Implementos deportivos

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 54 % expresa el uso de los implementos deportivos fortalece el rendimiento deportivo, mientras que, el 46 % expresa el uso de los implementos deportivos no fortalece rendimiento deportivo.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados podemos darnos cuenta que mediante el uso de los implementos deportivos ayuda a fortalecer el rendimiento deportivo en los estudiantes

8. ¿Piensa usted que los aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo?

Cuadro N° 12 Aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	31	65%
NO	17	35%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

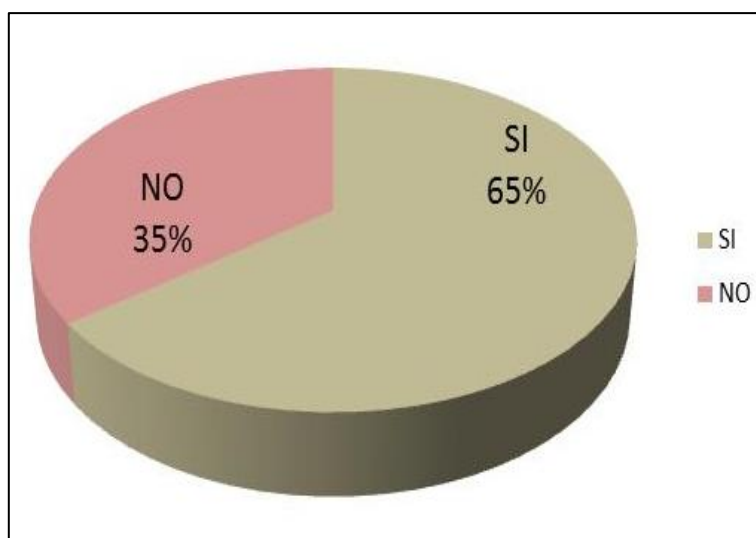


Gráfico N° 12 Aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 65 % expresa que los aspectos sociales tienen una influencia en el rendimiento deportivo, mientras que, el 35 % expresa que los aspectos sociales no tienen una influencia en el rendimiento deportivo.

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados podemos darnos cuenta que los aspectos sociales tienen gran impacto en el rendimiento deportivo de los estudiantes.

9. ¿Cree usted que la aplicación del reglamento es de vital importancia para mejorar en el rendimiento deportivo?

Cuadro N° 13 Aplicación del reglamento es de vital importancia

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	39	81%
NO	9	19%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

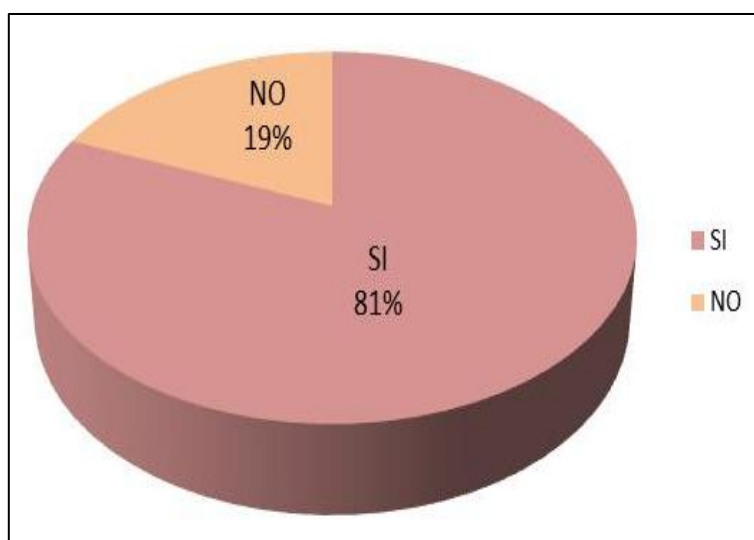


Gráfico N° 13 Aplicación del reglamento es de vital importancia

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 81 % expresa que la aplicación del reglamento de futbol es de vital importancia para mejorar la práctica deportiva y fortalecer el rendimiento, mientras que, el 19 % expresa que la aplicación del reglamento de futbol no es de vital importancia para mejorar la práctica deportiva y fortalecer el rendimiento

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados podemos darnos cuenta que la aplicación del reglamento es de vital importancia para mejorar la práctica deportiva y fortalecer el rendimiento deportivo en los estudiantes.

10. ¿Piensa usted que mediante el uso de los implementos deportivos podemos fortalecer el rendimiento deportivo en los niños?

Cuadro N° 14 Implementos Deportivos

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE%
SI	35	73%
NO	13	27%
TOTAL	48	100%

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

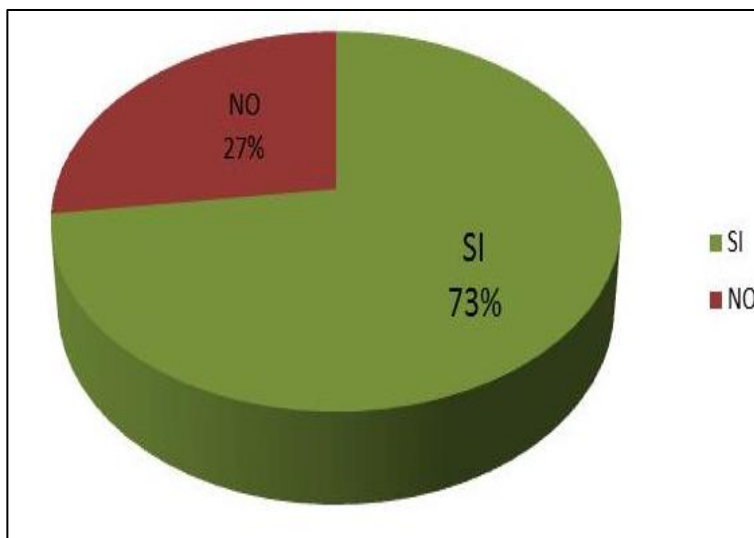


Gráfico N° 14 Implementos Deportivos

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

ANALISIS

De los 48 estudiantes encuestados los cuales representan el 100%, el 73 % expresa que mediante el uso de los implementos deportivos podemos fortalecer el rendimiento deportivo en los niños, mientras que, el 27 % expresa que mediante el uso de los implementos deportivos no podemos fortalecer el rendimiento deportivo en los niños

INTERPRETACIÓN

Con estos resultados podemos observar que mediante el uso de implementos deportivo podemos fortalecer el rendimiento deportivo en los niños.

4.3 Verificación de la hipótesis

4.3.1 Planteamiento de la hipótesis

Modelos lógico y matemático

Planteamiento de hipótesis nula y alterna

H_0 = Los fundamentos técnicos de fútbol **no** ayudan en el Rendimiento Deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato.

$$H_0 = O = E \qquad O - E = 0$$

H_1 = Los fundamentos técnicos de fútbol **si** ayudan en el Rendimiento Deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato.

$$H_1 = O \neq E \qquad O - E \neq 0$$

4.3.2 Elección del estimador estadístico

Se utilizará el estimador estadístico Chi-cuadrado (X^2), cuya fórmula es:

$$X^2 = \frac{(O - E)^2}{E}$$

X^2 = Chi cuadrado

Σ = sumatoria

O = Frecuencia observada en una categoría específica

E = Frecuencia esperada en una categoría determinada

Determinación del nivel de significación, grados de libertad y regla de decisión

Nivel de confianza del **95%** y un nivel de significación $\alpha = 0.05$.

Grado de libertad: $gl = (c-1) (f-1)$.

$$gl = (4-1) (2-1)$$

$$gl = 3$$

$$gl = 7,8147 \text{ (visto en tablas)}$$

Dónde:

gl= Grados de libertad

c= Columnas de la tabla

f= Filas de la tabla

Regla de decisión: se acepta la hipótesis nula H_0 si el valor calculado de X^2_c es menor o igual al valor de X^2_t tabular (7,8147), caso contrario se la rechaza y se aceptará la hipótesis alterna H_1

4.4 Zona de aceptación y rechazo.

Se acepta H_0 si $X^2_c \leq 12,59$ y se la rechaza si $X^2_c > 12,59$

4.4.1 Cálculo de Chi-cuadrado

Cuadro N° 15 Frecuencias Observadas

PREGUNTAS / ENCUESTAS			
PREGUNTAS A ESTUDIANTES	SI	NO	TOTAL
3. ¿Podemos desarrollar los fundamentos técnicos usando materiales en la práctica deportiva?	39	9	48
5. ¿Piensa usted que la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud en los niños?	41	7	48
7. ¿Considera usted que los implementos deportivos fortalecen el rendimiento deportivo?	26	22	48
9. ¿Cree usted que la aplicación del reglamento es de vital importancia para mejorar en el rendimiento deportivo?	39	9	48
TOTAL	145	47	192

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Cuadro N° 16 Frecuencias Esperadas

PREGUNTAS / ENCUESTAS			
PREGUNTAS A ESTUDIANTES	SIEMPRE	A VECES	TOTAL
3. ¿Podemos desarrollar los fundamentos técnicos usando materiales en la práctica deportiva?	36,25	11,75	48
5. ¿Piensa usted que la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud en los niños?	36,25	11,75	48
7. ¿Considera usted que los implementos deportivos fortalecen el rendimiento deportivo?	36,25	11,75	48
9. ¿Cree usted que la aplicación del reglamento es de vital importancia para mejorar en el rendimiento deportivo?	36,25	11,75	48
TOTAL	145	47	192

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Cuadro N° 17 Chi - Cuadrado

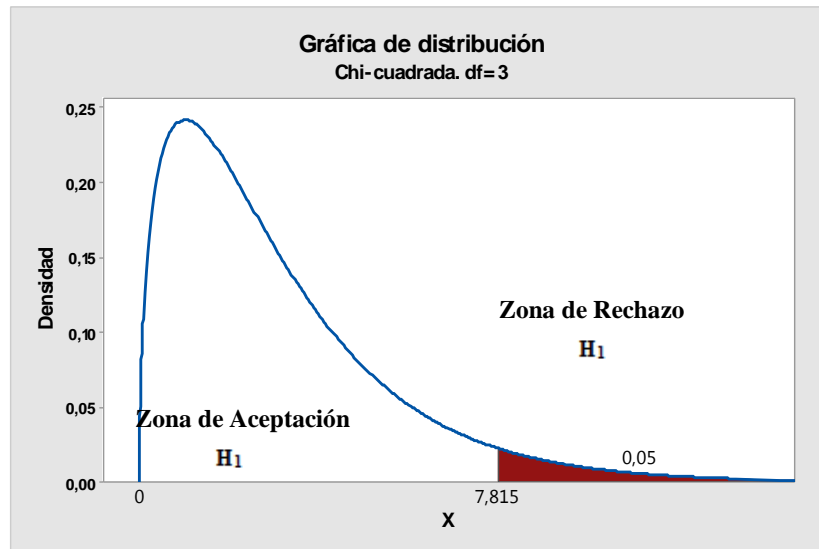
CHI CUADRADO			
N°	FRECUENCIAS OBSERVADAS	FRECUENCIAS ESPERADAS	(O - E)²/ E
1	39	36,25	0,20862069
2	9	11,75	0,643617021
3	41	36,25	0,622413793
4	7	11,75	1,920212766
5	26	36,25	2,898275862
6	22	11,75	8,941489362
7	39	36,25	0,20862069
8	9	11,75	0,643617021
TOTAL			16,087

Elaborado por: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Chi-cuadrada de Pearson = 16,087. GL = 3. Valor p = 0,00

Gráfica de distribución

Gráfico N° 15 Representación Chi Cuadrado



Elaborado por: Bonilla Sánchez Kleber Vinicio

4.4.2 Conclusión o Decisión final

Con 3 grados de libertad y un nivel de significación es de 95%. Puesto que el valor de X^2 calculado es de 16,087 es decir un valor mayor a Chi-cuadrado tabular de 7,815 y de acuerdo con la regla de decisión, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, es decir: que Los fundamentos técnicos de fútbol **si** ayudan en el Rendimiento Deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Los fundamentos técnicos de fútbol es la parte esencial, al iniciar la enseñanza a los niños, en la cual hay q tener conceptos definidos para realizar una actividad o trabajo, ya que se desarrollan mediante la práctica continua para ir fortaleciendo su rendimiento deportivo.
- Mediante un diagnostico se pudo notar que la mayor parte de los estudiantes que buscan conformar la categoría inferior, tienen condición para jugar fútbol, pero se necesita fortalecer sus fundamentos técnicos y el rendimiento deportivo para lograr un nivel competitivo.
- Los estudiantes que conforman la categoría inferior, recibirán constantemente práctica para que sus jugadores incrementen su nivel competitivo, lo que nos compromete a fortalecer y ampliar los conocimientos para tener un mejor desarrollo sus fundamentos técnicos y el rendimiento deportivo.
- Con los datos obtenidos mediante la observación y el análisis de las encuestas se llega a la siguiente conclusión todos los estudiantes deben tener un conocimiento de los fundamentos técnicos así como también conocer la necesidad de mantener un equilibrio con el rendimiento deportivo y predisposición mental a superarse día a día con el entrenamiento al cual se van a someter para desarrollar dichos aspectos.

5.2 Recomendaciones

- Buscar nuevas estrategias para fortalecer la práctica deportiva, mediante una motivación previa cada sesión de entrenamiento para alcanzar un óptimo nivel de los fundamentos técnicos.
- Es muy importante que los estudiantes que participen en la categoría, estén en constante preparación deportiva y psicológica, estableciendo un plan acorde a las condiciones de cada deportista.
- Es muy importante que las personas que estén a cargo de la categoría inferior de fútbol tengan un amplio conocimiento de lo que se debe realizar durante las sesiones de entrenamiento, para que de tal manera cuando se transmitan los conocimientos y enseñanzas logren asimilarlos de la mejor manera para poder obtener nuestros objetivos planteados.
- La institución educativa debe seguir incentivando a los estudiantes a practicar deportes, en este caso el fútbol, pues este deporte ayuda al desarrollo mental, motriz, físico, social y psicológico en los niños, a su vez esto ayuda a mejorar el rendimiento académico y evita que se aprendan de malos hábitos.

ANEXOS

Ambato, 22 de Octubre de 2015

Sra. Mercedes Garcés
DIRECTORA UNIDAD EDUCATIVA "ABC" DE LA CIUDAD DE AMBATO

Presente:

De mis Consideraciones.

Reciba un cordial saludo de un egresado de la Carrera de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato, el motivo de la presente es para solicitarle de la manera más comedida me autorice a realizar la investigación de mi proyecto de titulación con el Tema: los fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato. Estoy convencido de que esta investigación seguirá engrandeciendo el progreso de esta institución

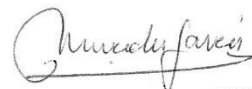
Reitero mis sentimientos de consideración y estima.

Atentamente

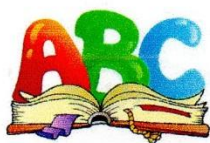


Kleber Vinicio Bonilla Sánchez
1803725280
Egresado

Recibido
22/10/2015.



UNIDAD EDUCATIVA
"ABC"



UNIDAD EDUCATIVA "ABC"

CALLE: Chimul 116 entre Av. Los Andes y Av. El Rey
Teléfono: 03-2520254
Ambato- Ecuador

Ambato, 07 de Septiembre del 2016

Sr.

Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

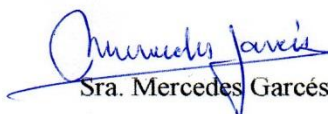
Ciudad

De mis consideraciones:

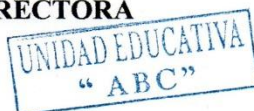
Reciba un cordial y afectuoso saludo de quienes conformamos el Personal Docente y Administrativo de la Unidad Educativa "ABC", en contestación a su pedido realizado el 22 de Octubre del 2015, se autoriza al señor Kleber Vinicio Bonilla Sánchez con cédula de identidad 180372528-0 realizar la investigación en nuestra Institución, con el tema: "Los fundamentos técnicos de fútbol en el Rendimiento Deportivo de la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC del cantón Ambato".

Particular que informo para los fines pertinentes.

Atentamente;


Sra. Mercedes Garcés

DIRECTORA





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y
DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
CUESTIONARIO



Encuesta dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa "ABC" de la ciudad de Ambato

- 1) ¿Piensa usted que los fundamentos técnicos de fútbol se pueden desarrollar mediante la observación?
Si () No ()

- 2) ¿Cree usted que podemos fortalecer los fundamentos técnicos de fútbol mediante la práctica deportiva?
Si () No ()

- 3) ¿Podemos desarrollar los fundamentos técnicos usando materiales en la práctica deportiva?
Si () No ()

- 4) ¿Considera usted que es necesaria la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol en la formación del ser humano?
Si () No ()

- 5) ¿Piensa usted que la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud en los niños?
Si () No ()

- 6) ¿Cree usted que una buena enseñanza ayuda en el desarrollo del rendimiento deportivo?
Si () No ()

- 7) ¿Considera usted que los implementos deportivos fortalecen el rendimiento deportivo?
Si () No ()
- 8) ¿Piensa usted que los aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo?
Si () No ()
- 9) ¿Cree usted que la aplicación del reglamento es de vital importancia para mejorar en el rendimiento deportivo?
Si () No ()
- 10) ¿Piensa usted que mediante los implementos deportivos podremos fortalecer el rendimiento deportivo?
Si () No ()

Armando Farías
UNIDAD EDUCATIVA
"ABC"



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y
DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
CUESTIONARIO



Encuesta dirigida a los docentes de la Unidad Educativa "ABC" de la ciudad de Ambato

- 1) ¿Piensa usted que los fundamentos técnicos de fútbol se pueden desarrollar mediante la observación?
Si () No ()

- 2) ¿Cree usted que podemos fortalecer los fundamentos técnicos de fútbol mediante la práctica deportiva?
Si () No ()

- 3) ¿Podemos desarrollar los fundamentos técnicos usando materiales en la práctica deportiva?
Si () No ()

- 4) ¿Considera usted que es necesaria la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol en la formación del ser humano?
Si () No ()

- 5) ¿Piensa usted que la práctica de los Fundamentos Técnicos de Fútbol mejora la salud en los niños?
Si () No ()

- 6) ¿Cree usted que una buena metodología ayuda en el desarrollo del rendimiento deportivo?
Si () No ()

- 7) ¿Considera usted que los implementos deportivos fortalecen el rendimiento deportivo?
Si () No ()
- 8) ¿Piensa usted que los aspectos sociales influyen en el rendimiento deportivo?
Si () No ()
- 9) ¿Cree usted que la aplicación del reglamento es de vital importancia para mejorar en el rendimiento deportivo?
Si () No ()
- 10) ¿Piensa usted que mediante los implementos deportivos podremos fortalecer el rendimiento deportivo?
Si () No ()

Chiracelis Jarcis
UNIDAD EDUCATIVA
"ABC"









BIBLIOGRAFÍA

- Conde, J (1998). Fundamentos para el desarrollo infantil en edades tempranas. Primera Edición; Editorial, Paidotribo, Barcelona – España.
- Dietrich Martin, D. (2001). *Manual de metodología del Entrenamiento Deportivo*. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Federación Internacional de Fútbol Asociado es.FIFA.com
- García de Paredes, planificación del Entrenamiento Deportivo GIMNOS; Editorial S.L. Madrid - España
- Instituto Europeo Campus Stellae. Apuntes de cátedra. (2012). *Evaluación de los procesos psicológicos básicos*. Módulo V.
- Larousse enciclopedia Interactiva
- Lorenzo, A., y Calleja, J. (2010). *Factores condicionantes del desarrollo deportivo*. Bilbao. Diputación Foral de Vizcaya.
- Martin A. (2012) El Efecto Guardiola. Editorial Travessera de García Barcelon
- Matveiev D. (2012) Hablemos de Fútbol. Primera Edición; Editorial SL Madrid - España
- MINISTERIO DEL DEPORTE, (2012). Planificación Curricular, del Área de Cultura Física, para el sistema escolarizado del país.
- Océano Enciclopedia vol. 3 deporte y salud
- Ojeda L. Fundamentos Técnicos de Fútbol (2010).
- Plan Nacional del buen Vivir Objetivo 4 (2014).
- Quorum XXI vol. 1 juegos y deporte
- Revista deportiva As. España 2008
- Singer y Janelle (1999) desarrollo del entrenamiento deportivo

LINCOGRÁFICA

- <http://grassroots.fifa.com/es/para-entrenadores-educadores-de-futbol/elementos-tecnicos-para-la-formacion-en-futbol-base/los-fundamentos-tecnicos.html>
- <http://losfundamentosdelfutbol.blogspot.com/2010/11/los-fundamentos-basicos-del-futbol.html>
- <http://g-se.com/es/entrenamiento-de-la-resistencia/wiki/rendimiento-deportivo>
- <http://www.psinergika.com/2010/03/las-claves-del-rendimiento-deportivo.html>
- <http://www.deporte.gob.ec/>
- [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con3_uibd.nsf/BCCAE13A1A6A172205257909007522DF/\\$FILE/Ley_del_Deporte_Definitiva.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con3_uibd.nsf/BCCAE13A1A6A172205257909007522DF/$FILE/Ley_del_Deporte_Definitiva.pdf)

Artículo Técnico

Tema: “Iniciación Deportiva mediante la práctica de los fundamentos técnicos de futbol”

Autor: Kleber Vinicio Bonilla Sánchez

Resumen:

El siguiente estudio de investigación, surge al no saber cómo es la forma correcta de realizar una buena iniciación deportiva en los niños en la práctica de fútbol, esto tiene como propósito fundamental proponer un modelo de enseñanza de los fundamentos técnicos de futbol en los niños, derivado de los resultados que nos pueda brindar nuestro estudio, en el cual sustentaremos este trabajo basándonos en los diferentes criterios de varios autores, los cuales nos servirán de apoyo para establecer una guía didáctica para optimizar la práctica del futbol y fortalecer las cualidades que tienen los niños. De tal manera que nos centraremos en desarrollar y fortalecer las diferentes capacidades que posee cada niño para así, encaminarlo a sobresalir en la práctica del futbol, en donde también fortaleceremos sus capacidades, las relaciones interpersonales y la interacción con la sociedad que es de vital importancia en este tipo de deportes pues influye en la vida de todas las personas.

Palabras claves: Deporte, Futbol, Enseñanza

Abstract:

The following research study arises not knowing what the right way to make a good sports initiation in children at soccer practice, this has as main purpose to propose a teaching model of the technical fundamentals of football in children, derived from the results that we can provide our study, which provide sustenance this work based on the different criteria of several authors, which will serve as a support to establish an

educational guide to optimize the practice of football and strengthen the qualities that have children. So we will focus on developing and strengthening the different capabilities possessed by each child as well, route it to excel at soccer practice, which also strengthen their skills, interpersonal relations and interaction with society that is vital in such sports as it influences the lives of all people

Keywords: sport, football, Education

1. Introducción

La mayoría de los trabajos que se han realizado por mucho tiempo en referencia al fútbol y su metodología de enseñanza, van en pos de mejorar los fundamentos técnicos, para así obtener un mejor rendimiento deportivo tanto en el plano individual y colectivo, fortaleciendo las destrezas básicas como lo son el pase, remate y el dribling.

En varias investigaciones los autores consideran que se debe reformular la ideología en el formato de enseñanza del futbol y proponer un nuevo método en el cual englobe una estrategia eficaz para obtener buenos resultados a edades tempranas, para así desarrollar de manera más efectiva los diferentes aspectos que forman parte del deporte en las cualidades físicas, técnicas tácticas y psicológicas del deportista.

En la actualidad no se han podido establecer investigaciones con respecto a la enseñanza del futbol y sus fundamentos en edades tempranas por lo cual mediante este trabajo de investigación se tratara de profundizar y enfatizar medidas para alcanzar un plan de trabajo para fomentar el aprendizaje del fútbol y sus fundamentos en los niños.

El principal propósito en esta investigación será proponer un método de enseñanza del futbol y sus fundamentos en los niños.

Esta propuesta estará encaminada a ser una herramienta de trabajo que facilite el aprendizaje del futbol y sus fundamentos de una manera adecuada y eficaz, ya que

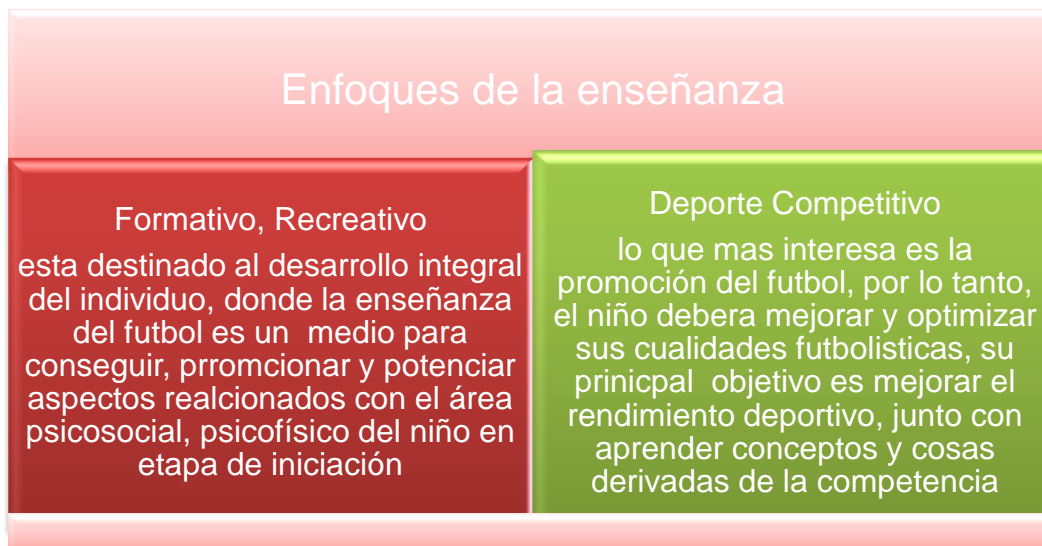
estos aspectos los trabajaremos de forma individual y con varias repeticiones hasta lograra un excelente desempeño para la posterior realizarlo en forma colectiva.

Los objetivos que se desean alcanzar mediante esta investigación es analizar como es el método de enseñanza en las diferentes escuelas de fútbol y plantear un modelo de sistema que ayude a las diferentes entidades para obtener resultados positivos en el tiempo o periodo de entrenamiento del fútbol, así también se deberá describir como se realiza el proceso de enseñanza en las escuelas de fútbol, el rol del profesor al momento de la práctica deportiva.

Durante varios años la enseñanza y la pedagogía del fútbol se han ido enfrentando en varias ocasiones, ya que discrepan en varios aspectos de la práctica deportiva, al momento de realizar el trabajo de campo, mediante esta investigación lo que se busca obtener un sistema de entrenamiento donde los monitores tengan una guía para realizar sus prácticas con los niños al iniciar su periodo de iniciación en deportiva en el fútbol en las sesiones de entrenamiento diarias.

2. Metodología

En el contexto referente a los deportes de equipo el rol principal del profesor o entrenador es fundamental durante el proceso de enseñanza – aprendizaje durante la iniciación deportiva del futbol, como se va a trabajar con niños en los cuales se encontraran diversas cualidades debemos adaptar nuestro plan de acción al momento de realizar la práctica es decir, primero hay que realizar una evaluación de sus conocimientos y capacidades que posee el niño, para formar grupos de trabajo según las condiciones preestablecidas y encaminarlos en la práctica deportiva, aquí vamos a utilizar los diferentes métodos y estilos de la enseñanza, hasta poder desarrollar un esquema sistematizado en donde este será la principal guía en el proceso de entrenamiento en la iniciación deportiva en los niños.



En la enseñanza del futbol, es necesario considerar el ámbito pedagógico-didáctico como una manera de potenciar el aprendizaje en los niños, pues hay que tener en cuenta la importancia del desarrollo no solo en los aspectos deportivos sino también en considerar el nivel social, emocional. En donde la enseñanza del fútbol y sus fundamentos en edades tempranas se subdivide en 2 factores didácticos, teniendo en cuenta que son enfoques, los cuales se recomienda que para crear un óptimo programa o planificación de entrenamiento de la enseñanza de este deporte se deben incluir estos enfoques pues están directamente relacionados y complementarios, para obtener un resultados favorables a nuestra labor. (Rivas 2013)

Mediante la reseña de este autor se puede llegar a un análisis que en el juego es la suma de varios componentes los cuales van actuando de forma secuencial para que el niño vaya asimilando de una manera positiva lo que buscamos en cada práctica, es decir cada aspecto se lo resume en un fragmento para lo que deseamos construir en el niño y así poder enseñarle los fundamentos del fútbol que a la postre les servirán para desarrollar el estilo de juego en nuestros deportistas, pues existen diversas técnicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos de fútbol, en mi opinión el más aconsejable para encaminar una práctica deportiva donde desarrollaremos los

fundamentos técnicos de fútbol, al momento de la iniciación deportiva en los niños es mediante el juego pre-deportivo, pues permite ir desarrollando de a poco las cualidades que el niño posee antes de enfocarnos a la práctica netamente de los fundamentos técnicos de fútbol.

Al iniciar las labores con un juego pre-deportivo en los niños vamos a irles adaptando a nuestro esquema de trabajo, donde iniciamos con la ambientación a la superficie del terreno de juego, al balón, dominio, pases, desplazamientos y remates. Que son las principales actividades a trabajar en edades tempranas con los niños teniendo en cuenta que esto debemos realizarlo en una intensidad que los niños puedan soportar y adaptarse al medio que les vamos a ofrecer.

Cada niño es un recipiente en blanco cuando inicia su peripezia en el deporte del futbol es decir un mundo al cual debemos, conocer saber cómo llegar con la metodología adecuada para el trabajo que vamos a desarrollar, pues de nosotros depende el futuro que tenga en este deporte ya sea que vaya a sobresalir o lo vaya a abandonar por falta de interés que ponga el niño en las practicas o a su vez por una escasa metodología que presente el profesor o entrenador.

La metodología de la enseñanza se puede analizar, mediante varios aspectos, los cuales plantean que la metodología de la enseñanza de los fundamentos técnicos de fútbol como un conjunto de momentos y técnicas secuenciadas así como también coordinadas para dirigir el aprendizaje en los determinados objetos en la realización de la práctica diaria. (Ferguson 2012)



El método de enseñanza se define como la forma de presentarla actividad hacia los deportistas y esta puede ser de manera global, analítica y mixta.

- Global.- se presenta la actividad o ejecución del movimiento en su totalidad sin dividirla en parte para su enseñanza.
- Analítica.- es cuando la ejecución se descompone en partes o fases y cada una se enseña de forma separada.
- Mixta.- es la combinación de las anteriores, pero se debe tener en cuenta para cada uso que siempre debe terminar de forma global, es decir global-analítica-global.

En los estilos de la enseñanza considera que se desarrolla la interacción profesor-estudiante en un proceso de enseñanza-aprendizaje en base a lo cual se plantea los diferentes estilos tradicional, individual y cognitivo.

- ✓ Tradicional.- el profesor es protagonista de del proceso, guía la práctica plantea las actividades y objetivos, esta se la realiza en forma unidireccional, el deportista se limita a seguir las indicaciones del profesor.

- ✓ Individualizadores.- tanto el profesor como el deportista son los protagonistas del proceso ya que las tareas y objetivos planteados por el profesor van de acuerdo a las necesidades del deportista.
- ✓ Cognitivos.- sigue los principios del constructivismo, el deportista tiene autonomía de crear su propio aprendizaje y él es protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje, el profesor solo se muestra como una guía en el transcurso de la práctica.

En la metodología de la enseñanza es fundamental las técnicas que se vayan a utilizar en el proceso de entrenamiento pues con esto podremos encaminar a nuestros deportistas y demás personas que tengamos a nuestras ordenes, para así poder obtener resultados positivos en el transcurso de las prácticas que se van a realizar.

(Herrera, 2012)

Según este autor citado, podemos entender que cada ciclo de entrenamiento hay que ir en secuencias en el cual podemos desarrollar la práctica de una manera más efectiva, así por ende las situaciones a diarias serán controladas y detalladas en una bitácora que llevara el profesor o entrenador, para a futuro ir corrigiendo algunos de los errores que existirán, pues la intervención que debemos realizar tienen que adaptarse a las condiciones que cada niño muestra en su trabajo para no forzarlo y así pueda cumplir las funciones que se le vayan delegando de forma eficaz dentro de la práctica de los fundamentos técnicos de fútbol.

Etapas de aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol, es considerado que existen 2 etapas en las cuales debemos enseñar estos fundamentos en la enseñanza del fútbol.

Etapas 1.- en esta etapa prácticamente se la va a utilizar para realizar ejercicios destinados a desarrollar, fortalecer la técnica y los conceptos básicos relacionados con el control y usos del balón (pases, conducción y remate) la principal característica de

los ejercicios para mejorar estas habilidades las cuales se las debe realizar de forma aislada, simples ejercicios motores, con varias repeticiones y alejados de lo que es la realidad del juego.

Etapa 2.- se ejecutan actividades aplicadas a la situación de juego, en las diferentes situaciones que plantee el profesor o entrenador.

Sin embargo, estas circunstancias en donde el niño debe ejecutar estas acciones predeterminadas por el profesor de cultura física o entrenador y con una estructura definida.

(Rivas, 2013)

En base a lo citado anteriormente nos da como conclusiones que estas etapas son importantes para poder encaminar a los niños en el aprendizaje de este gran deporte, por ende las debemos trabajar a la par pues van encaminadas para un eficaz proceso de enseñanza-aprendizaje pues está formado por la sumas y acumulación de componentes tanto físicos, técnicos y psíquicos para su mejor desenvolvimiento dentro de la practica a realizar.

Las nuevas enseñanzas en el futbol, se basan en un método a través del juego, el cual brinda la posibilidad al niño de elegir y enjuiciar su desempeño en el mismo, lo cual, ayudara a crear sus propias ideas de como ejecutar las acciones que luego se traducirán en experiencias “éxito-fracaso” en donde recibirán inmediatamente una retroalimentación de lo desarrollado en la práctica lo cual aumentara su experiencia. La didáctica del juego está basada en el denominado “futbol de la calle” en donde la libertad de expresión motriz de cada niño se hace presente y en donde desarrolla destrezas, habilidades, fintas, posiciones tanto defensivas como ofensivas, regates y remates a portería. En variadas situaciones y momentos del juego. Esto se lograra con el uso de balones de distintos tamaños y texturas, enfrentándose a rivales de su misma edad y favoreciendo al aprendizaje por descubrimiento. (Gonzáles, 2011)

En este argumento hay ciertas consideraciones que debemos tener en cuenta a la hora de ejecutar en una sesión de entrenamiento por parte de los docentes, esta debe ser secuenciada y debe tener una estructura definida (plan de clase) por lo tanto obtener un sentido lógico a las acciones que vamos a ir desarrollando con el fin de potenciar el aprendizaje de los niños.

Hoy en día lo ha revolucionado al fútbol es la filosofía de juego que ha implantado el entrenador español Pep Guardiola, pues en su concepción del éxito diario entran en ingredientes la pasión, la autoexigencia, la rapidez mental, el orden y la empatía con el entorno inmediato, donde estos valores y estrategias que tienen validez dentro del campo de juego como en la vida diaria.

(Martín, 2012)

En edades tempranas la mayor parte de la adquisición cognitiva se logra a través de la actividad motora “manipulación, tocar y mover distintos objetos” en el campo de juego previa a la práctica deportiva en conjunto con el grupo, es por eso, que por medio de la enseñanza del fútbol se pueden potenciar estas denominadas habilidades motrices básicas en las determinadas edades.

(Aranguiz, 2004)

3. Resultados y Discusiones

Mediante estos objetivos planteados por los diversos autores citados esto nos da a conocer que los niños empiezan su camino en la actividad del fútbol mediante la observación y manipulación de los objetos es decir, el balón la cancha de juego, esto quiere decir que cada situación conlleva a una reacción por tal motivo debemos guiar de manera claro y directa para que los niños sientan inclinación a la práctica de este deporte y lo adopten como un estilo de vida.

La categorización de los estudios según Piaget, quien plantea las principales características del niño a cierta edad cronológica, los niños hasta los siete años se encuentran en la etapa denominada del egocentrismo, en el cual, se reafirma que el niño solo piensa en él y que todo le pertenece a él. Nos explica que es una etapa pasajera y natural la cual el profesor tiene que tomar en cuenta y comprender el accionar de los niños durante el periodo de clases o de entrenamiento (Gonzales, 2010).

En base a los resultados, es posible realizar una discusión mediante el contraste de ellos con varios fundamentos teóricos planteados en la investigación de este estudio. Dentro de estos resultados, emerge que los deportistas tienen en general entre 8 y 12 años, los cuales están distribuidos en la categoría inferior de la Unidad Educativa ABC, con los cuales nos centraremos en el trabajo diario para desarrollar los fundamentos técnicos de fútbol.

La distribución de las categorías se basa en las edades, con lo cual nos explica que cada niño posee diferentes capacidades físicas y morfológicas las cuales se marcan a través de la edad, por lo tanto se considera en dividirlos por niveles, lo cual tiene que ver principalmente con el tipo de entrenamiento realizado lo recomendable es 3-4 veces por semana ya que el aprendizaje será significativo, para que sea una asimilación suficiente en los contenidos tratados en la práctica que se realizara en la situación de entrenamiento (Sanz y Frattarola, 2011).

En cada ocasión que se vaya a trabajar con niños debemos buscar la manera de que ellos nos puedan entender, es decir debemos buscar la manera de que capten el mensaje por eso debemos elaborar un discurso claro, conciso, coherente, sencillo y bien estructurado para que nuestros oyentes (niños/as) lo puedan captar a la perfección el mensaje que les queremos transmitir. (Guardilola, 2010)

En la enseñanza del fútbol es necesario con todo tipo de recursos para el desarrollo efectivo de este, para el momento del análisis de los resultados estos coincidan, tanto en la sesión de entrenamiento y la teoría que se les debe inculcar para fortalecer el trabajo según, las necesidades que se presenten en la realidad del juego para que los niños obtengan una mejor capacitación. (Cohen, 1998)

Los resultados en la relación al enfoque de la enseñanza, se basan en que es un proceso de enseñanza orientado a la formación como personas, de manera progresiva y centrada en el niño, además manifiestan un interés recreativo y competitivo, los cuales se hacen presentes con mayor énfasis en los niños de menor edad y mayor edad respectivamente. Esto coincide con lo que manifiesta (Rivas, 2013) nos hace referencia, cuando indica la existe de dos muy importantes enfoques en el proceso de la enseñanza (Formativo-recreativo y Competitivo) los cuales, son totalmente complementarios en el trabajo de campo que se va a realizar para la formación del niño deportista. (Benedek, 2012)

4. Conclusiones

Analizando lo investigado y teniendo en cuenta la enseñanza del fútbol, la investigación revela que el uso constante de estos métodos mando directo y mixto para el trabajo de la enseñanza de fútbol en las escuelas de fútbol o en instituciones educativas, coinciden con varios de los autores citados, lo cual nos afirma que el uso de estos métodos son de gran eficacia en las prácticas diarias o las clases de cultura física. Por tal motivo es importante que sigamos al pie de la letra cada instrucción en nuestro plan de clase, para así lograr alcanzar los objetivos planteados.

La aplicación del juego como método global en los niños de la Unidad Educativa ABC generó una adquisición de distintas destrezas, habilidades y capacidades, cuando se refiere al juego según varias teorías las cuales coinciden que a través de

esta se logra desarrollar los más ocultos deseos, formas de expresión ya que cobra gran relevancia al juego como estrategia debido a los factores que se usaran además de una actividad motivante y desafiante para los niños.

Finalmente, el análisis previo permite plantear que mediante esta investigación realizada nos permite dar el cumplimiento al objetivo general planteado, de conocer como es la iniciación deportiva mediante la práctica de los fundamentos técnicos de futbol en los niños. Junto a lo cual es posible llegar a cumplir el propósito de establecer un modelo de enseñanza de los fundamentos de fútbol en los niños, que será de gran importancia en la práctica con los estudiantes que formara parte de la selección de la institución y en las clases de cultura física cuando se vaya a tratar este deporte en plan anula de trabajo.

5. Referencias

- Alarcón, F.; Cárdenas, D; Piñar, M. (2010). Revista de Investigación en Educación.
- Amalfi, F. (2013). Todo lo que se dé la vida me lo enseñó el futbol, Océano, Barcelona “2005”
- Ardá, A. y Casal, A. (2013). Metodología de la enseñanza del futbol. Barcelona, España: Paidotribo.
- Benedek, E. (2011) Futbol Infantil
- Cohen, R. (1998). Escuela Integral de Futbol Base: principios fundamentales año 2003 N° 10, EFdeportes.com revista Digital Buenos Aires.
- FIFA. (2015). Reglas de juego. Zúrich, Suiza
- Gonzales, S. (2011). Conocimiento Técnico-Táctico y toma de decisiones en jóvenes jugadores de futbol (10 años). Revista De Psicología del Deporte Vol. 20, núm. 1

- Guardiola, P. (2010) soluciones ganadoras para la liga cotidiana.
- Herrera, O. (2012). Futbol: Principios generales del juego.
- Rivas, M. (2013). Guía didáctica para la enseñanza del futbol Niños y Adolescentes de 8 a 16 años. MH Salud, Vol. 10
- Sans, A. y Frattarola, C. (2011). Manual para la organización y el entrenamiento en las escuelas de futbol, Barcelona.