

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA**

**EDUCACIÓN**

**CARRERA DE CULTURA FÍSICA.**

“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”

**Proyecto previa la obtención del título de licenciado en Cultura Física.**

**ELABORADO POR:**

FABRICIO VÉLEZ

**TUTOR:**

DR. JOFFRE VENEGAS

AMBATO-ECUADOR

**Dr. Joffre Venegas**

**TUTOR**

**CERTIFICA:**

**Que el presente trabajo investigativo:** “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”, desarrollado por: Fabricio Vélez; observa las orientaciones metodológicas de la investigación científica.

Que ha sido dirigida en todas sus partes, cumpliendo con las disposiciones emitidas por la Universidad Técnica de Ambato.

Por lo expuesto:

Autorizo su presentación ante los organismos competentes para la sustentación y defensa del mismo.

Ambato, Abril del 2009

---

Dr. Joffre Venegas

TUTOR

## INDICE GENERAL

	<b>Pagina</b>
Carátula .....	I
Hoja de aprobación .....	II
Índice general .....	IV
Introducción .....	VII
 <b>CAPITULO I : EL PROBLEMA</b>	
Planteamiento del problema .....	10
Contextualización .....	10
Análisis critico .....	15
Prognosis .....	18
Formulación de problema .....	19
Delimitación del problema .....	19
Objetivos .....	20
Justificación .....	21

## **CAPITULO II : MARCO TEORICO**

Antecedentes Investigativos .....	24
Fundamentación Filosófica .....	25
Fundamentación Legal .....	27
Interrogantes de la Investigación .....	28
Categorías Fundamentales .....	29
Señalamiento de Variables .....	29
Variable Independiente .....	29
Variable Dependiente .....	29

## **CAPITULO III : METODOLOGÍA**

Modalidad básica de la Investigación.....	32
Nivel o tipo de Investigación .....	32
Exploratorio .....	33
Descriptivo .....	33
Población y Muestra .....	35
Operalización de Variables .....	36
Recolección de Información .....	38
Procesamiento y Análisis .....	40

## **CAPITULO IV : ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Pregunta 1 a la Pregunta 9.....	41 - 49
---------------------------------	---------

## **CAPITULO V : CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

Conclusiones .....	51
Recomendaciones .....	52

## **CAPITULO VI : LA PROPUESTA**

Criterios para la elaboración de la propuesta .....	54
Justificación .....	55
Propósitos y objetivos .....	55
Fundamentación .....	55
Evaluación .....	56
Evolución de los métodos de entrenamiento .....	57
Método Integrado.....	58
Medio Técnicos .....	61
Ejercicios técnicos de fútbol .....	77
Bibliografía.....	87
Anexos.....	
Recursos materiales.....	91
Recursos institucionales.....	93
Recursos económicos.....	94
Encuesta	



# INTRODUCCIÓN

Históricamente la enseñanza aprendizaje ha estado vinculada al progreso del ser humano, y éste en su evolución la ha vuelto más compleja, hasta tal punto que en la actualidad existen múltiples sistemas para llevarla a cabo; el resultado, es la fragmentación indiscriminada de la misma con la lógica pérdida de precisión en la unificación de criterios.

En este caso, la necesidad de disponer de un procedimiento nos ha llevado a buscar un método que hiciera viable establecer una correlacionalidad de los contenidos que puedan ser de interés, para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol, y para evitar el aprendizaje con deficiencias, buscar la interrelación viable y necesaria entre los sujetos y sus derivados que configuren la estructura organizativa. El camino para encontrar las soluciones a la compleja problemática para llevar a cabo esta regulación, pasa por asumir el compromiso de desarrollar un diseño de investigación, de la forma más competente y justa posible.

No se pretende que el método en cuestión proporcione resultados de alto rigor científico, esta posibilidad, se tiene que adquirir a través de la experimentación que se lleve a cabo durante su desarrollo.

Lo prioritario es encontrar una solución al problema de la enseñanza empírica de la técnica del fútbol y su incidencia en la participación en los campeonatos deportivos, con la consecuente deformación de la fundamentación que necesita un deportista y que debe aprenderlas en la etapa escolar.

En resumen, lo que se hace necesario es buscar la simplicidad en el análisis del que y del por qué, sirve el aprendizaje adecuado de los fundamentos técnicos del fútbol, ya que la viabilidad de poder garantizar el rendimiento, pasa por seguir rigurosamente el cronograma del aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol de manera que permitan llevar a cabo eficientemente el aprendizaje.



# **CAPITULO I**

## **EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN**

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA**

#### **EL TEMA:**

“LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL FUTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA PARTICIPACION EN EL CAMPEONATO ESCOLAR DE LA ESCUELA BENJAMIN ARAUJO DE PATATE EN EL AÑO LECTIVO 2008-2009”

#### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.-**

#### **CONTEXTUALIZACIÓN.-**

El fútbol al igual que ocurre en otras actividades humanas presenta unos orígenes inciertos, tanto espacial como temporal.

Cuando se lee acerca de la historia de éste deporte, se obtiene una impresión desdibujada dependiendo siempre del autor, pues son muchos los países que se disputan la paternidad del rey de los deportes el fútbol.

El fútbol moderno no tiene más de cien años, resulta probado que fue en Inglaterra donde se desarrolla éste deporte en el siglo XIX en Europa, aunque los primeros antecedentes se debe buscarlos muchos siglos

antes. El fútbol tiene prehistoria. La relación del hombre con la pelota se remonta casi a su aparición sobre la tierra.

Algunos antropólogos como Johann Bachofen han descubierto en Nueva Guinea, pinturas rupestres en los que aparecen grabadas escenas de un hombre persiguiendo e impulsando un objeto redondo con los pies. Sin embargo debemos esperar algunos siglos para situar las primeras manifestaciones del prefútbol en el extremo oriente y más concretamente en China y Japón; según la enciclopedia mundial de fútbol en 1982 la versión de Jules Rimet, es la más acertada.

En el oriente en China el TSU-SHU comenzó hace 500 años teniendo tres reglas establecidas como son:

1. Era una especie de representación consistente en malabarismo con el balón practicado por un solo jugador; quizá éste era el más antiguo.
2. Se practicaba con una sola portería y dos equipos por partido intentando anotar con disparos largos desde cualquier lugar.
3. Se jugaba con 6 porterías a cada extremo del campo y dos equipos por partido, tal vez este estilo se parece más al fútbol actual.

La mezcla de historia y leyenda añade que en China existía un castigo para los transgresores del código militar que consistía en recorrer una

distancia impulsando el balón con los pies; la pérdida del mismo podía significar la muerte del penado, el TSU-SHU ya no existe.

Otro juego de balón que practicaban los griegos era el llamado "EPISKYROS" el reglamento era que la cancha estaba separada en dos mitades con una línea central marcada por dos guijarros y quedaba limitada por dos líneas de puerta paralelas a la línea central. A una señal ambos equipos corren a partir de su línea de puerta a la pelota, colocada en el centro. El que llega primero intenta llevarla al otro lado mediante tiro, carrera, llevándola solo o con un solo pase y queda vencedor el equipo que consigue atravesar más veces con la pelota.

El calcio el más famoso todavía se juega, Florencia es la cuna del calcio que parece basarse directamente en el juego romano.

El calcio tiene su historia muy ligada a Florencia, el renacimiento italiano Alejandro de Madeci lo practicó y lo mismo hizo Nicolás Makiavela en 1498. El papa Clemente VII estaba orgulloso de haber tirado a puerta en su juventud. Se trataba de jugar en plazas solo en invierno durante tres días y se lo jugaba con pies y manos sin levantar la pelota con la mano por sobre la cabeza de su rival, se castigaba con faltas si lo hacía, ganaba el que más veces tiraba a puerta o la llevaba hasta la red contraria, existía ocho árbitros.

En América también se encuentra antecedentes del fútbol, en AXAUTUK una pintura muestra el juego del "INUIK" que se practicó durante cien años en el norte de Canadá, los indios araucanos de Chile lo llamaban pilimatum.

En Sudamérica el primer club de fútbol se formó en Argentina con la influencia de dos hermanos ingleses partidarios de éste deporte.

En Ecuador la universidad de fútbol ha permitido que esta actividad deportiva se la practique desde antes de la colonia, más con el carácter de recreacional que bajo reglas y normas.

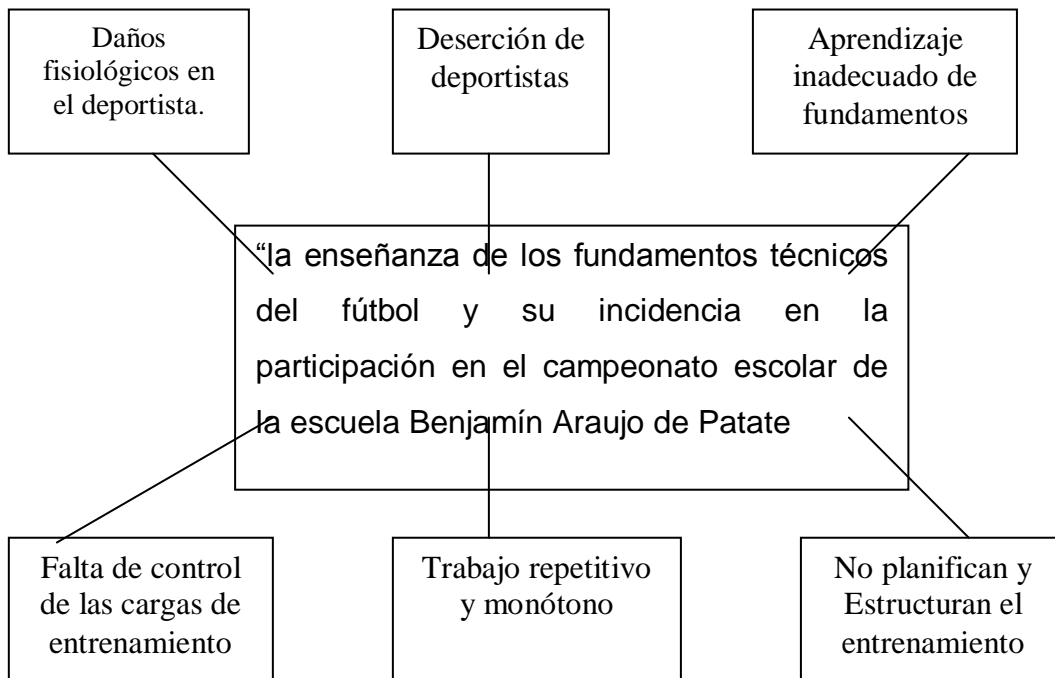
Desde inicio de nuestro siglo el deporte comienza a inferir la necesidad de una identidad o representación de puntos o barriadas dando lugar a la aparición de organismos deportivos denominados clubes.

Es así como el 25 de julio de 1922 se funda la primera entidad deportiva provincial que es la federación deportiva del Guayas orientada a la divulgación del deporte en general. Posteriormente se funda la federación deportiva de Pichincha en 1924 al igual que las federaciones deportivas de Tungurahua, los Ríos, Chimborazo y Azuay.

Sea cual fuere el que dio origen a nuestro deporte, en lo único que hay coincidencia es que éste fútbol primitivo fue un juego violento y brutal

donde la técnica y la táctica brillaban por su ausencia y solamente la fuerza bruta predominaba en todos los actos y jugadas, primaba muchas veces el sentido de revancha. El deporte rey el fútbol hace que cada día se vaya buscando formas de entrenarlo y es así que la forma analítica es la más utilizada, intentando dividir la técnica-táctica-preparación física-psicológica cada una en su campo, lo que trae como resultado una falta de un entrenamiento real acorde con la velocidad y las características que el fútbol moderno así lo requiere.

## ANÁLISIS CRÍTICO.



Mediante los argumentos que se pretende dar, se pretende hacer algunas aportaciones al entrenamiento de fútbol, en el campo de la iniciación deportiva.

La historia marca recuerdos de la individualización de las acciones de juego en partes para reproducirlas de forma aislada que desmejora los factores de ejecución como los elementos técnicos-tácticos-físicos-psicológicos, mediante una práctica repetitiva en un contexto que se aleja del fútbol en forma real de lo que realmente sucede en el campo de juego en un partido, utilizando ejercicios que vuelven monótono el trabajo y el entrenamiento lo que causa la deserción de los deportistas.

Durante la década de los años 70 y 80 se tenía la idea que el entrenamiento mediante la mejora de la condición física en forma aislada, era determinante para conseguir un buen desarrollo del juego. En este sentido las aportaciones de grandes maestros de la preparación física en el fútbol como Augusto Píla-teleña 1979 y Álvarez del Villar 1983, por los trabajos que efectuaron en distintos equipos, la difusión de sus obras, las publicaciones de revistas, sus Implicaciones en la formación de entrenadores y profesores de educación física dieron la oportunidad de leer su valiosa información que ha contribuido para optimizar los factores de ejecución y desviación como son los elementos físicos-técnicos-tácticos-psicológicos, en forma planificada y donde exista un control de las cargas de entrenamiento, además de la conjunción del trabajo con las cualidades mencionadas, lo que permitirá evitar que los deportistas sean maltratados con esfuerzos exagerados que perjudican el comportamiento fisiológico, y mental del joven deportista.

Todos los que se dedican al fútbol, entrenadores, preparadores físicos, médicos, sicólogos, planificadores, directivos, periodistas, de una manera o de otra actúan en el ámbito de iniciación o de la alta competencia tienen una preocupación general o común, la de hacer más eficientes los procesos de entrenamiento que se puedan llevar a cabo mediante una planificación acertada con ejercicios variados que permitan disfrutar del trabajo mas un acercamiento de estos al fútbol real. De esta manera los jugadores podrán aprender a jugar para desarrollar las capacidades,



habilidades y destrezas necesarias para su práctica o bien aumentar el rendimiento deportivo con la cual afrontarán las competencias en un nivel superior y con grandes resultados para el equipo.

El fútbol como un deporte de conjunto y colectivo, tiene sus propias exigencias de juego, su práctica viene dada por una estructura que podemos determinarla mediante un análisis como deporte de equipo. A modo de síntesis se puede adelantarnos que, para su práctica se requiere la realización de una serie de movimientos, acciones y esfuerzos en secuencias variables e intermitentes para llevar el balón a una meta y/o evitarlo, las posibilidades de éxito dependerá de un uso inteligente de la relación de OPOSICIÓN / COOPERACIÓN y del control, mejoramiento de las cualidades físico- técnico-táctico-psicológico.

En la ciudad de Patate y dentro de esta la escuela Benjamín Araujo se viene trabajando de la forma tradicional, lo que no permite el desarrollo de los deportistas escolares que al hacer un trabajo repetitivo y monótono en forma aislada condiciones técnicas, le han llevado a un estancamiento deportivo

## **PROGNOSIS.**

Con esta metodología de entrenar se quiere llegar al deportista a que pueda desenvolverse y adaptarse a los factores externos que representan el fútbol actual mediante la información periférica o visual e interactuando por medio de la cooperación y oposición de manera congruente con las distintas fases del juego, tanto en ataque y defensa, de acuerdo a los respectivos objetivos que se refiere a la posesión o no del balón.

El planificar la estructura del entrenamiento permitirá tener un control de las cargas del mismo y además la comprobación permanente de la evolución de los jugadores que con un trabajo de calidad evitará la improvisación, el empirismo y las frecuentes lesiones que sufren los jugadores por una mala sesión de entrenamiento.

De manera que al utilizar acciones de conjunto en espacios reducidos o similares a la de la competencia del fútbol y de forma real facultará poder utilizar la técnica, de una manera armónica, conducirán al éxito en forma definitiva con nuestros deportistas.

En la escuela Benjamín Araujo de Patate, por medio de esta metodología de entrenamiento se llevara al deportista a un nivel superior de entrenamiento, obteniendo figuras que podrán actuar exitosamente en los campeonatos deportivos escolares que ha sido la deficiencia de la institución.

## **FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.-**

¿Cómo incide la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en la participación en el campeonato escolar de la escuela Benjamín Araujo de Patate en el año lectivo 2008-2009?

## **DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.-**

**CAMPO:** Deportivo

**AREA:** Fútbol

**ASPECTO:** Técnico

**DELIMITACIÓN ESPACIAL:** Esta investigación se va a realizar con los deportistas de la escuela Benjamín Araujo de la Ciudad de Patate.

**DELIMITACIÓN TEMPORAL:** Este problema va a ser estudiado en el período comprendido en el año lectivo 2008-2009.

**UNIDADES DE OBSERVACIÓN:** Se realizará a los jugadores, entrenadores, padres de familia autoridades del plantel y cantón

## **OBJETIVOS.-**

**GENERAL:** determinar la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol y la incidencia en la participación de la escuela Benjamín Araujo en los campeonatos escolares.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Establecer una planificación fisiológica–deportiva acorde con la edad de los jugadores de la escuela Benjamín Araujo.
- Diseñar entrenamientos integrados para el mejoramiento global de los fundamentos técnicos del fútbol.
- Aplicar procesos de entrenamiento para el desarrollo de las cualidades técnicas de los deportistas de la escuela Benjamín Araujo de Patate.

## **JUSTIFICACIÓN.-**

La constante evolución que ha experimentado el deporte del fútbol los últimos años se ha visto también reflejada en la aparición de una nueva metodología de enseñanza y entrenamiento, nacida con el objetivo de permitir que los jugadores puedan adaptarse a los cambios producidos en el fútbol.

Esta nueva metodología del entrenamiento integrado permite enseñar y entrenar con actividades próximas y propias del juego en sí, a través de un método científico lo que conlleva al mismo tiempo, a interrelacionar los aspectos técnicos con la planificación y control de las cargas de trabajo más la recuperación, por medio de formas y jugadas que permiten el desarrollo de éste método en las sesiones de entrenamiento, sean estas en ataque, defensa y transición de juego.

La estrategia metodológica beneficiará directamente a los deportistas y clubes que en relación a las necesidades del fútbol actual no se puede centrar en una mera ejecución técnica por medio de movimientos estereotipados (analítica) , sino que será también necesario aumentar el pensamiento técnico-creativo, mediante la búsqueda por parte del jugador, por medio de propuestas con ese ánimo, implicación de procesos cognitivos, ya que la calidad del comportamiento táctico del jugador se desarrollará en él, como son:

- Calidad de análisis y percepción del juego a resolver
- Calidad de la toma de decisiones.
- Calidad en la ejecución de la acción técnica.

La factibilidad de utilizar esta metodología de entrenamiento lo determina las características fisiológicas que tienen los jugadores, además del grado cultural de cada uno de ellos que permitirá que el método en cuestión proporcione resultados de alto rigor científico.

# **CAPITULO II**

**MARCO TEORICO**

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

#### **ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS**

La historia marca la evolución del fútbol y de las formas de entrenamiento, es así que encontramos un sin número de estudios que se han desarrollado, sobre la metodología del entrenamiento deportivo, de manera especial en el ámbito europeo, donde algunos estudiosos como Kart Popper en 1991, que rechaza la fragmentación en el aprendizaje, Cipriano Romero Cerezo catedrático de la universidad de Granada y profesor de la escuela Andaluza de entrenadores Javier López López entrenador nacional, Arjol (1997), Bosco(1997), Bruggermann.D. y Albrecht(1993), Monbaerts.E (1998), Turpin.b (1998), Navarro (1999) , cada uno de ellos buscando la manera de encontrar una forma de entrenamiento moderno con la finalidad de impartir el conocimiento científico que tiene el fútbol.

En nuestro país se puede decir que no existen investigaciones, por la idea de que en el fútbol todo está inventado. Sobre todo en el aspecto de desarrollo del juego, si se toma en consideración esta información a nivel del Cantón Patate, no se encuentra una metodología moderna de entrenamiento que fomente el desarrollo de los fundamentos técnicos de fútbol de los deportistas de este cantón.



## **FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA:**

Esta investigación esta fundamentada en un paradigma crítico-propositivo y la meta de la propuesta del entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los deportistas de la escuela Benjamín Araujo, es que cada uno acceda progresiva y secuencialmente a la etapa superior de su desarrollo basados en el trabajo conjunto de las condiciones técnicas para alcanzar situaciones similares a las características que el fútbol actual exige.

El entrenador debe crear un ambiente estimulante de experiencias que facilite al deportista su acceso a las estructuras cognitivas de la etapa inmediata superior, contribuyendo al afianzamiento y desarrollo de sus capacidades de pensar y reflexionar frente a las acciones de juego que se presentan en los entrenamientos y partidos, para dar soluciones inmediatas y resolutivas , teniendo la oposición directa del contrincante y que en el menor tiempo posible solucione la situación vivencial deportiva que experimenta al tener la posición del balón.

El entrenamiento integrado de las condiciones técnicas y su respectiva metodología lo que persigue es guiar al deportista a que se nutra en forma global de los factores y circunstancias externas e internas , que representa el fútbol, relacionándose con la cooperación y oposición de las distintas fases del juego de acuerdo a los objetivos planteados en un

nivel de entrenamiento. La contribución del jugador a este esquema general, lo saca de la pasividad y lo convierte en activo constructor de su aprendizaje ofreciéndole oportunidades de ensayar y aplicar los nuevos conocimientos conceptuales adquiridos, optando por buscar de forma inmediata la adecuada solución al problema presentado en las distintas jugadas.

El entrenamiento integrado de los fundamentos técnicos del fútbol requiere de un diseño procesal de tareas o actividades de entrenamiento que vayan dirigidas a desarrollar todos los mecanismos que se requieren para el desarrollo del juego. Además los factores técnicos, aparecen con características diferentes pero siempre juntas e interrelacionados, influyendo positivamente en el aumento del rendimiento de los jugadores.

## **FUNDAMENTACIÓN LEGAL**

### **LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN DE LOS DEPORTES EN EL ECUADOR.**

**Art. 10.-** Se admite la práctica de todos los deportes conocidos internacionalmente y de aquellos que tienen su origen en el país y que cumplan la acción señalada en esta ley.

### **DE DIRECCIÓN NACIONAL DE CAPACITACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DOCENTE E INVESTIGACIÓN PEDAGÓGICA.**

#### **CAPITULO XII**

**Art. 53.-** Son deberes de la dirección Nacional de capacitación y perfeccionamiento docente e investigación pedagógica:

b) El mejor estado de salud y convivencia social del pueblo Ecuatoriano deben conservar mediante un sistema de recreación dirigida.

### **ESTATUTO DE LA FEDERACIÓN ECUATORIANA DE FÚTBOL**

#### **CAPITULO II**

**Art. 7.-** Son finalidades de la Federación:

a) Fomentar el fútbol por todos los medios que se consideren necesarios.

## **INTERROGANTES DE LA INVESTIGACIÓN**

¿Es posible aplicar el entrenamiento integrado de los fundamentos técnicos del fútbol en los deportistas de la escuela Benjamín Araujo del cantón Patate?

¿Se puede planificar el proceso de entrenamiento de acuerdo con las capacidades fisiológicas de los deportistas?

¿Pueden demostrar los deportistas de la escuela Fiscal Benjamín Araujo del Cantón Patate mediante el entrenamiento integrado de los fundamentos del fútbol un comportamiento óptimo en la competición?

## **CATEGORÍAS FUNDAMENTALES**

\*Planificación acorde con las capacidades fisiológicas de los jugadores

\*Proceso técnico cognitivo.

\*Relaciones espaciales y temporales.

\*establecimiento de estrategias motoras.

\*Individual y colectivamente resolución de capacidades motrices.

## **SEÑALAMIENTO DE VARIABLES**

### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

Enseñanza fundamentos técnicos del fútbol

### **VARIABLE DEPENDIENTE**

Participación en campeonatos

# **CAPITULO III**

## **LA METODOLOGIA**

## **CAPITULO III**

### **LA METODOLOGÍA**

#### **ENFOQUE**

La propuesta del entrenamiento integrado de los fundamentos técnicos del fútbol está basada en el paradigma crítico-propositivo (constructivismo) que pretende cualitativamente formar un ser humano íntegro útil para la sociedad deportiva y sociedad en general , capaz de criticar su propio desarrollo y diferenciar jerárquicamente el mismo, con el objetivo de adaptarse a su nueva condición de vida, en base a experiencias que facilitan el acceso a estructuras superiores de desarrollo; construyendo sus propios contenidos de aprendizaje a través de una nueva metodología de pensamiento que crea ambientes de afianzamiento vivencial y superación en el campo deportivo.

## **MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN**

El presente trabajo se basa en las modalidades investigativas, de campo y bibliográfica.

**DE CAMPO:** Porque relaciona la observación directa de los diferentes entrenamientos que realizarán los deportistas de la escuela Benjamín Araujo del cantón Patate, con el conocimiento metodológico que emplean actualmente los entrenadores en cada una de las sesiones de trabajo.

**BIBLIOGRÁFICA:** La literatura existente permite acceder a conocimientos estipulados con anterioridad a esta nueva propuesta; para relacionarla directamente a la realidad del entrenamiento deportivo actual, que lógicamente por simple observación se maneja dentro de la teoría conductista.



## **NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La propuesta del entrenamiento integrado, de los fundamentos técnicos del fútbol es un proceso centrado en la factibilidad del mismo, ya que , obtiene y analiza la información interna y externa de la observación a los deportistas de la escuela Fiscal Benjamín Araujo del cantón Patate, en las prácticas que estos realizan como preparación para participar en el campeonato escolar, con el tiempo necesario y los recursos que este trabajo exige a más de la experiencia profesional en este campo.

El tipo de investigación a realizarse, esta basado en los parámetros que exige el nivel exploratorio y descriptivo:

**EXPLORATORIO:** Si hablamos de lo exploratorio, se puede deducir la forma actual de entrenamiento, es decir, que cada uno de los equipos no realizan los test evaluativos que da la lógica para poder tener datos exactos de cómo se encuentran en los aspectos: físicos, Técnico, Táctico, psicológico, en los deportistas, esto no permite planificar de manera aceptable y secuencial, para encontrar la optimización de lo deportivo. Así mismo no se realizan controles explorativos que evalúen la capacidad real del jugador, no se sabe si existió un avance o progreso en cada uno de ellos en la etapa de preparación que tuvieron.

La participación deportiva-competitiva, bajo estos aspectos, es una simple competencia sin buscar objetivos institucionales, peor aún individuales, por esta razón, todavía se esta ante esquemas conductistas-analíticos, seguimos trabajando bajo situaciones de división de las cualidades físico-técnico-táctico-psicológico de los jugadores; demostrando estos un retraso en su mejoramiento integral deportivo frente a las acciones reales de juego.

**DESCRIPTIVO:** Ante esta realidad que viven los jugadores y entrenadores, se propone dentro del nivel descriptivo, lo siguiente:

\*Aplicar Test a los jugadores que valoren las condiciones físico-técnico-táctico y psicológicas.

\*Potenciar el comportamiento óptimo en competición gracias a la utilización de todas las capacidades y habilidades individuales interactuando colectivamente.

## POBLACIÓN Y MUESTRA

**POBLACIÓN:** Siendo esta el conjunto total de los elementos motivo de la investigación, la realizaremos en los sextos y séptimos de básica lo que suma una población de 126 jugadores; a más de 2 entrenadores y los directivos del plantel.

**MUESTRA:** Para determinar la muestra, aplicaremos la siguiente fórmula estadística.

$$n = \frac{N}{e^2 (N - 1) + 1}$$

n = Tamaño de la muestra

N = Universo

e = Error de estimación (0,05)

$$n = \frac{N}{(0.05)^2 (126-1)+1}$$

$$n = \frac{N}{(0.0025) (125)+1}$$

$$n = \frac{126}{0.3125 + 1}$$

$$n = \frac{126}{1,3125}$$

$$n = 96$$

## OPERALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

### Variable Independiente. Proceso enseñanza fundamentos

CONCEPTO	CATEGORÍA	INDICADORES	ITEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Conjunto de fases sucesivas formado con todas las diligencias, métodos de instrucción, conjunto de conocimientos y principios que aprende alguien mediante la práctica de una conducta duradera.	Métodos.	Procedimiento enseñanza.	¿Para el proceso enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos de fútbol maestros se apoyan en una guía didáctica?	Encuesta y cuestionario dirigida a docentes y docentes del Colegio Nacional Experimental "Ambato".  ENTREVISTA. Cuestionario semiestructurado a las autoridades del establecimiento.  Guía de la entrevista.
	Instrucción	Conocimientos adquiridos.	¿La instrucción adquirida le permite construir su propio conocimiento?  ¿Las experiencias previas sobre técnica de fútbol son tomadas en cuenta por los docentes?	
	Conocimientos	Inteligencia. Razón natural Entendimiento.	¿El aprendizaje de habilidades y destrezas debe estar en marcado por una metodología basada en razones, ideas y normas?	
	Principios.	Razones Normas Ideas	¿El aprendizaje significativo se consigue a través de la aplicación de una adecuada metodología?	
	Conducta	Comportamiento.		

**VARIABLE DEPENDIENTE: Participación en el campeonato escolar.**

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Intervención en torneos dedicados a escolares en el cantón Patate en diferentes categorías	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervención</li> <li>- Torneos</li> <li>- Escolares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Predisposición motivación</li> <li>- Eliminación</li> <li>- Todos contra todos mixtos</li> <li>- categorías</li> <li>- edades</li> </ul>	<p>¿Debe existir una buena predisposición para la intervención en los campeonatos escolares?</p> <p>¿Debe haber una preparación adecuada para la participación en los diferentes sistemas de torneos?</p> <p>¿Debe establecerse categorías de acuerdo a la edad?</p>	<p>TÉCNICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación</li> <li>- Encuesta</li> </ul> <p>INSTRUMENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fichas de observación</li> <li>- Cuestionario de preguntas cerradas</li> </ul>

## **RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

**OBSERVACIÓN:** Se procederá a la elaboración de fichas de observación, para ser aplicada a los deportistas de la escuela Benjamín Araujo del cantón Patate.

**ENCUESTA:** Se presentara un cuestionario de preguntas cerradas para aplicárselas a los directivos, entrenadores que están inmersos en el objeto de investigación.

## **PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS**

Toda la información recogida a través de las encuestas aplicadas, se procesará mediante el análisis estadístico-descriptivo. A si mismo se manejará la información, para la presentación de resultados referentes al entrenamiento integrado de los fundamentos técnicos del fútbol y sus consecuencias lógicas en el mejoramiento de las cualidades técnicas, en un análisis de la información, valida y confiable, dará la pauta para destacar las relaciones acordes con los objetivos propuestos.

**CAPITULO IV**

**ANÁLISIS DE LOS**

**RESULTADOS**

## **CAPITULO IV**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.**

Los datos obtenidos de la investigación fueron ordenados y procesados para posteriormente mediante el análisis numérico ser valorados, mediante la utilización de la estadística descriptiva, cuadros, gráficos, en las cuales constan los respectivos análisis tomando en consideración los objetivos de los interrogantes y el marco teórico.

Las preguntas en la encuesta se encuentran orientadas a verificar la importancia de los fundamentos técnicos del fútbol y su incidencia en la participación en el campeonato escolar de la escuela Benjamín Araujo del cantón Patate.

Así mismo se consideró entrevistar a distintas autoridades dentro de las unidades de observación de la presente investigación, con el objeto de auscultar criterios más amplios sobre la problemática formulada por el investigador.

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.

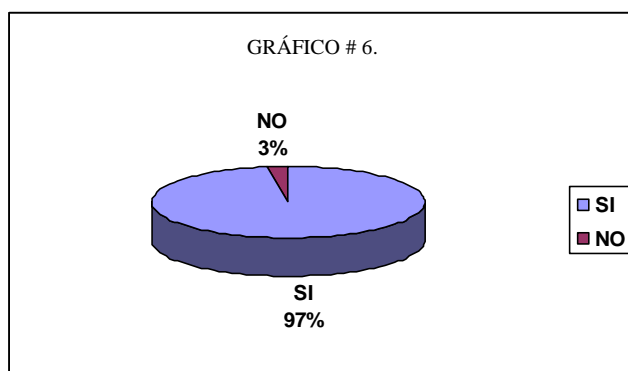


### PREGUNTA UNO.

1. ¿Para el proceso enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol, considera que los conocimientos deben ser impartidos por maestros con conocimiento científico?

CUADRO # 5

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	93	97,47
NO	3	2,53
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

#### **Análisis e interpretación.**

93 estudiantes que equivalen al 97,47%, manifiestan que los conocimientos deben ser impartidos por personas con el conocimiento científico necesario que contribuyen a mejorar el aprendizaje de técnicas, mientras 3 que es el 2,53% opinan lo contrario.

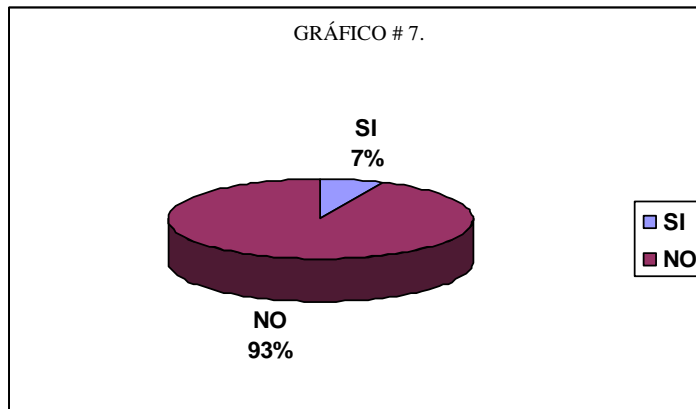
La técnica debe ser una sucesión ordenada de acciones para tener resultados precisos con la participación activa, creativa y reflexiva del estudiante y la participación del maestro con técnicas adecuadas y con correcta aplicación de instrucciones y reglas, puestas son ingredientes importantes y determinan el tratamiento que se va a dar.

## PREGUNTA DOS.

2. ¿La formación adquirida le permite construir su propio conocimiento?

CUADRO # 6

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	7	6,57
NO	89	93,43
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

### **Análisis e interpretación.**

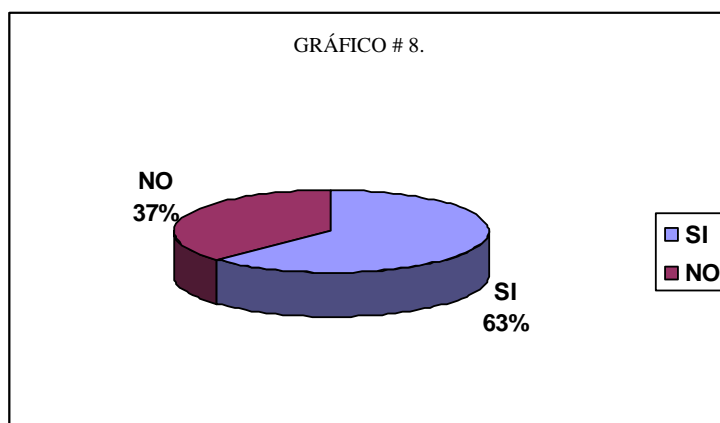
El 6,57% que equivale a 7 encuestadas, responden que si a la pregunta planteada 93,43% que son 89 encuestadas, responden que no pueden construir su propio conocimiento ya que los conocimientos no son impartidos planificadamente.

### PREGUNTA TRES.

3. ¿Las experiencias previas sobre fundamentos de fútbol son tomadas en cuenta por los docentes?

CUADRO # 7

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	60	63,13
NO	36	36,87
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

#### **Análisis e interpretación.**

El 63,13% que son 60 estudiantes indican que no se toma en cuenta las experiencias previas de los estudiantes y el 36,87% que son 36 manifiestan que sí.

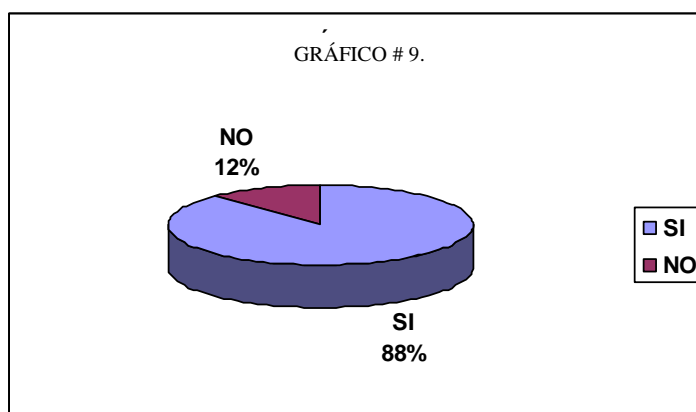
Es de gran importancia que el maestro parta de los conocimientos previos para que luego adquiera nuevos conocimientos y tenga una relación directa y no arbitraria, con lo que el alumno ya sabe.

## PREGUNTA CUATRO.

4. ¿El aprendizaje de habilidades y destrezas debe estar en marcado en razones, ideas y normas?

CUADRO # 8

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	83	87,88
NO	13	12,12
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

### **Análisis e interpretación.**

83 encuestadas que equivale al 87,88 % manifiesta que el aprendizaje de habilidades y destrezas si debe enmarcarse en razones, ideas y normas y el 12,12% equivalente a 13 estudiantes manifiestan que no es necesario.

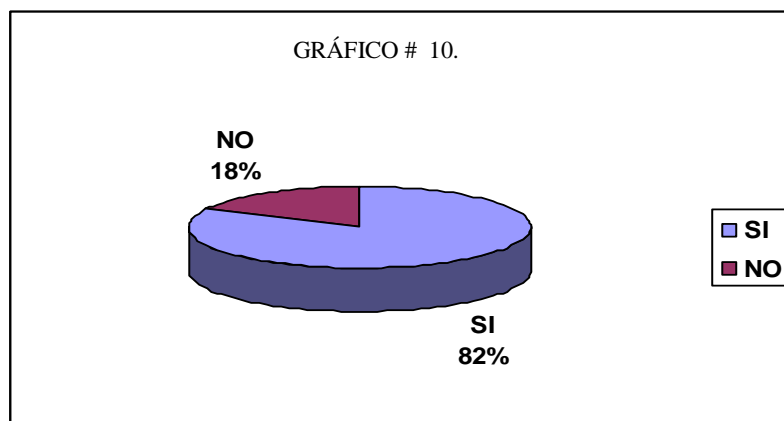
Se debe tomar en cuenta las aptitudes, actitudes, conocimientos de cada uno de los estudiantes que va adquiriendo a través de las experiencias de la vida cotidiana, tomando en cuenta deseos, sentimientos, emociones, bajo normas que se debe lograr al hacer algo.

## PREGUNTA CINCO.

5. ¿El aprendizaje significativo se consigue a través de la aplicación de una adecuada metodología?

CUADRO # 9

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	78	82,32
NO	18	17,68
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

### Análisis e interpretación.

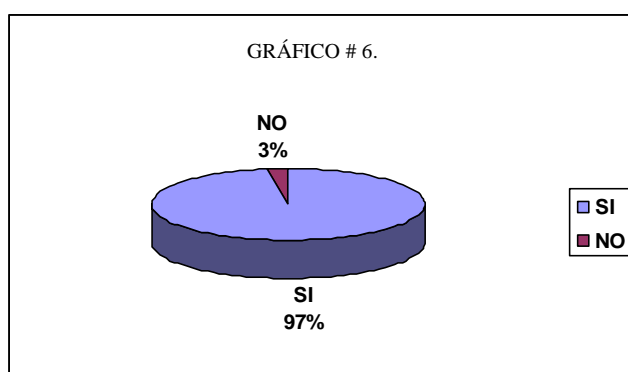
El 82,32% equivalente a 78 encuestadas indican que el aprendizaje significativo si se consigue mediante la aplicación de una metodología que tenga en cuenta la edad, y desarrollo fisiológico de los deportistas así como de su experiencias y 18 encuestadas equivalente al 17,68 % dicen que no.

### PREGUNTA SEIS.

6. ¿Debe haber una predisposición para la intervención en los torneos ínter escolar?

CUADRO # 10

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	93	97,47
NO	3	2,53
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

#### **Análisis e interpretación.**

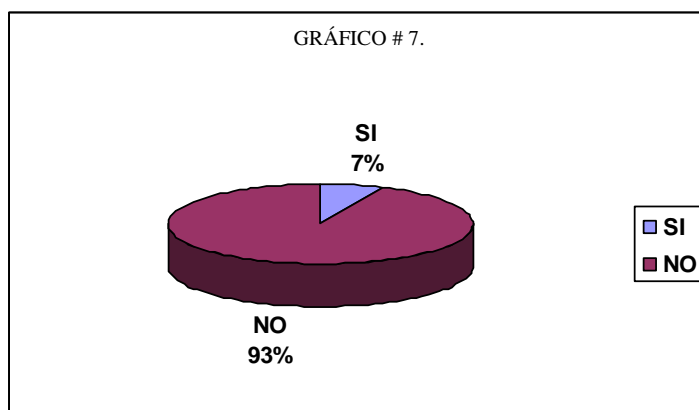
93 estudiantes que equivalen al 97,47%, manifiestan que debe existir una adecuada predisposición para la participación de los deportistas con el apoyo de todos quienes conforman la comunidad educativa, mientras 3 que es el 2,53% opinan lo contrario que demuestran desinterés en la participación.

## PREGUNTA SIETE.

7. ¿La motivación es la suficiente en la participación de la escuela en los torneos escolares?

CUADRO #11

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	7	6,57
NO	89	93,43
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

### **Análisis e interpretación.**

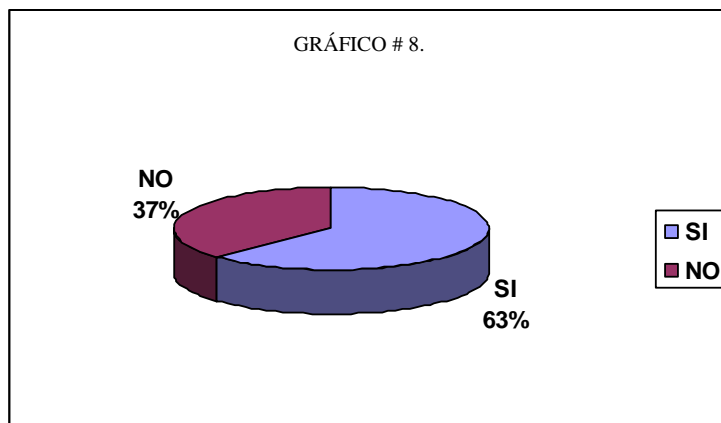
El 6,57% que equivale a 7 encuestadas, responden que si a la pregunta planteada 93,43% que son 89 encuestadas, responden que no existe una motivación adecuada mas bien son los padres de familia los que colaboran para la participación.

## PREGUNTA OCHO.

8. ¿Debe haber una preparación adecuada para enfrentar cualquier tipo de sistema de juego en la participación en los torneos escolares?

CUADRO # 12

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	60	63,13
NO	36	36,87
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

### **Análisis e interpretación.**

El 63,13% que son 60 estudiantes indican que debe existir una preparación adecuada para solventar los diferentes sistemas de eliminación 36,87% que son 36 manifiestan que es indiferente.

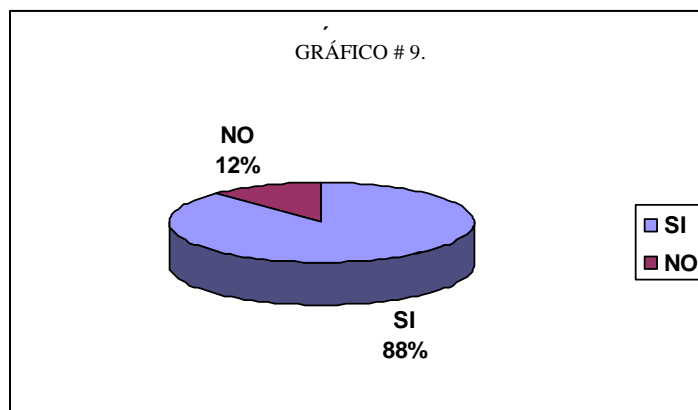


## PREGUNTA NUEVE.

9. ¿Debe establecerse categorías de acuerdo a la edad para la participación en torneos ínter escolar?

CUADRO # 13

OPINIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	83	87,88
NO	13	12,12
TOTAL	96	100,00



**Fuente:** Encuesta.

**Elaborado por:** Investigador.

### **Análisis e interpretación.**

83 encuestadas que equivale al 87,88 % manifiesta que debe establecerse categoría por edades para que sea una participación equitativa 12,12% equivalente a 13 estudiantes manifiestan que no es necesario.

# **CAPITULO V**

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

**CAPITULO V**

**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

Una vez concluido el trabajo de investigación y analizado cada uno de los aspectos del mismo, se puede llegar a establecer varias conclusiones, las mismas que se señalan a continuación:

-La metodología de entrenamiento de la técnica no es planificada lo que no permite acercarse a la realidad del fútbol.

-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.

Se da poca importancia de parte de las autoridades a la participación de la institución en los campeonatos inter escolares.

## **RECOMENDACIONES**

- Capacitar y actualizar a los entrenadores, profesores de educación física con los temas relacionados con el entrenamiento integrado de los fundamentos técnicos del fútbol.
- Planificar el trabajo de acuerdo a las zonas de entrenamiento controlando la intensidad que se trabaja en cada una de ellas.
- Entrenar los aspectos técnicos en intensidades elevadas nos acercará más a la realidad de la competencia que existe en el fútbol.
- Dar la importancia necesaria a la participación de la institución en los torneos inter escolares ya que el deporte contribuye a la formación integral de los deportistas.

# **CAPITULO VI**

## **LA PROPUESTA**

## CAPITULO VI

### LA PROPUESTA

#### **CRITERIOS PARA LA ELABORACIÓN DE LA PROPUESTA**

- \* Plantear un cambio sustancial ante la alternativa del entrenamiento del entrenamiento tradicional de fútbol.
- \* Aproximar a los jugadores mediante un entrenamiento integrado de la técnica a la realidad de juego y a las condiciones de la competición.
- \* Crear expectativas de cómo debe diseñarse y desarrollarse el entrenamiento integral de la técnica en la práctica.
- \* Buscar un control diario de la planificación y las cargas del entrenamiento que beneficien al deportista juvenil.
- \* Propiciar un ambiente agradable en el entrenamiento con variedad de ejercicios que mejoren sus condiciones de aprendizaje, retención y aplicación de las condiciones técnicas.
- \* A través del entrenamiento integrado, mejorar las cualidades psicológicas, intelectuales y sociales.

## **JUSTIFICACIÓN.**

La propuesta referente al entrenamiento integrado de la técnica de fútbol de los deportistas de la escuela Fiscal Benjamín Araujo del cantón Patate, va a beneficiar directamente a los mismos, a si como también a los entrenadores. El paradigma crítico-propositivo, implica cambio de actitud y una gran relevancia participativa del jugador. Los jugadores y entrenadores de la escuela y el cantón, palparan la evolución notable del fútbol, consiguiendo una mayor transferencia del entrenamiento a la competición.

## **PROPÓSITOS Y OBJETIVOS.**

El propósito fundamental del entrenamiento integrado de la técnicas del fútbol, es conseguir la optimización simultanea de los factores de ejecución y decisión, es decir, potenciar el proceso de desarrollo, de cambio mediante el cual se pasa de una situación a otra de manera gradual; venciendo dificultades a través del esfuerzo individual y colectivo.

## **FUNDAMENTACIÓN.**

**EDUCATIVA:** Formar íntegramente al deportista en sus aspectos cognoscitivos, fundamentación teórica y práctica de valores.

**SOCIOLÓGICA:** Guiar al deportista de la escuela Benjamín Araujo del cantón Patate a una convivencia óptima, en igualdad de condiciones con actitudes positivas frente al trabajo deportivo y al uso del tiempo libre.

**POLÍTICA:** La estructura deportiva a través de quienes dirigen el establecimiento educativo, debe darse para que todos trabajen e inviertan en beneficio de los estudiantes deportistas, obteniendo jugadores capaces que representen a cada una de las instituciones de manera positiva y a futuro puedan estar en una selección todo esto a través de un entrenamiento Integrado de las técnicas del fútbol.

**ECONOMICA:** Persigue La optimización de recursos institucionales, ya que, por medio del entrenamiento Integrado, se formaran jugadores que estén a la par de los otros establecimientos educativos del cantón.

**EVALUACIÓN:** La evaluación del proceso investigativo será en la participación en los torneos escolares en que participe la institución

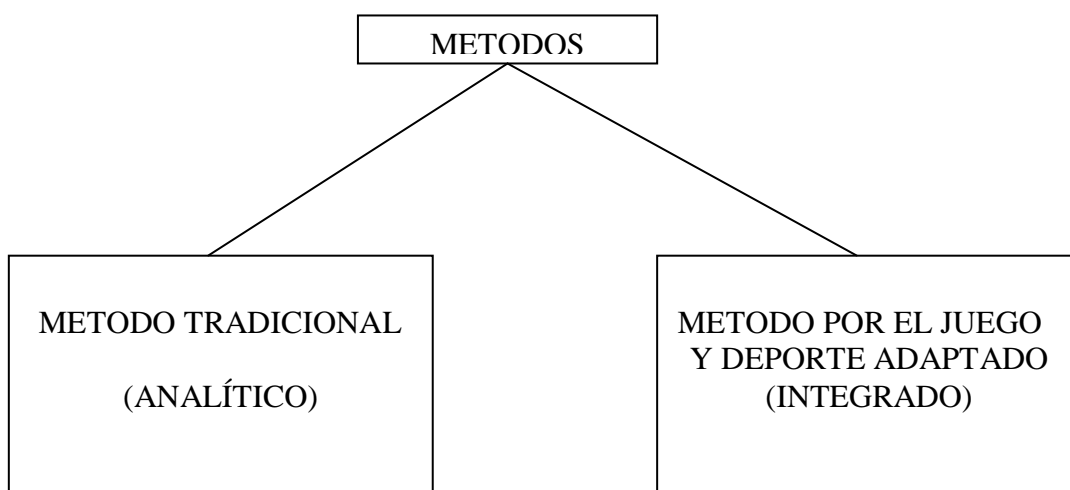
## **LA PROPUESTA.**



**TEMA:** “EJERCICIOS PARA DESARROLLAR LA TECNICA DEL FÚTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LA ESCUELA BENJAMÍN ARAUJO DEL CANTON PATATE”

### **1.- EVOLUCIÓN DE LOS METODOS DE ENTRENAMIENTO.**

Las opciones metodológicas son dos las que podemos dar a nuestras secciones de entrenamiento.



Si se recuerda los entrenamientos de épocas pasadas, se utilizaba principalmente el método analítico, basados en la metodología de la enseñanza tradicionalista dada a nivel educativo, pero los cambios diarios del fútbol obligan a implantar en el entrenamiento actual el método integrado.

**El método Analítico** tiene los siguientes objetivos:

Mejora de los factores de ejecución (elementos técnicos), mediante una práctica repetitiva que aleja del juego real y sus formas de aplicación.

**El método Integrado** tiene los siguientes objetivos:

Optimizar simultáneamente los factores de ejecución y decisión, mediante entrenamientos técnicos similares a los a los gestos que se utilizan en los partidos de fútbol.

### **OBJETIVOS DEL MÉTODO INTEGRADO.**

Esta metodología tiene como objetivos principales:

- Aumentar-desarrollar el nivel de conocimiento del jugador obligando a éste en una toma de continua de decisiones en la parte técnica.
- Facilitar la comprensión, por parte del jugador de la verdadera estructura e importancia de la técnica.
- Desarrollar la capacidad técnica del jugador en situaciones de incertidumbre próximas a la del juego real.

Las formas empleadas para el desarrollo de ésta estrategia metodológica deben reunir las siguientes condiciones:

- Deben ser motivantes

Los jugadores deben tener como estímulo la posible consecución de la victoria sobre el adversario o la percepción de una evolución motivadora de carácter personal.

- Deben suponer una carga fisiológica para el jugador :

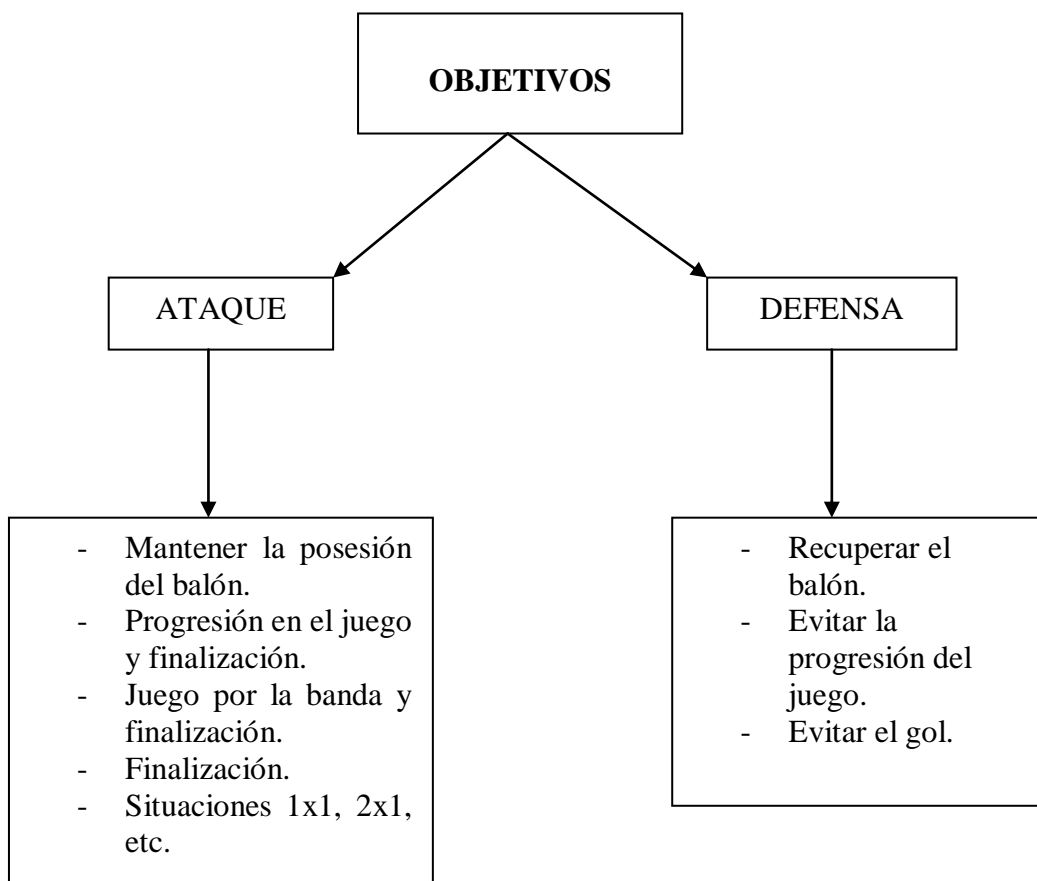
Minimizar los tiempos pasivos o turnos de espera.

No eliminar al que fallo.

Existencia de desplazamiento y dinamismo en su desarrollo.

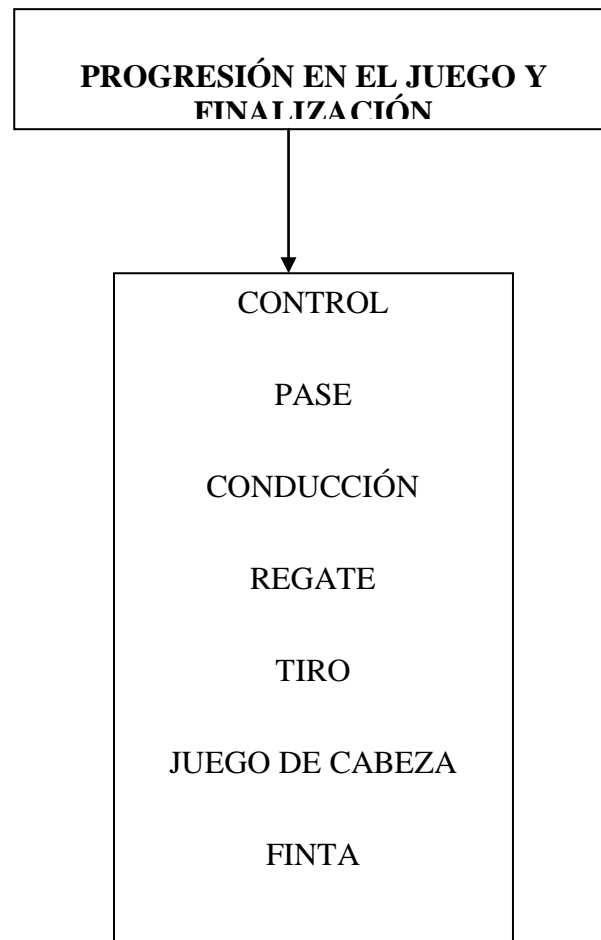
- Deben permitir una mejora cualitativa de la ejecución técnica e

Implicación de procesos técnico-coordinativos ( presencia de elementos técnicos en su desarrollo).



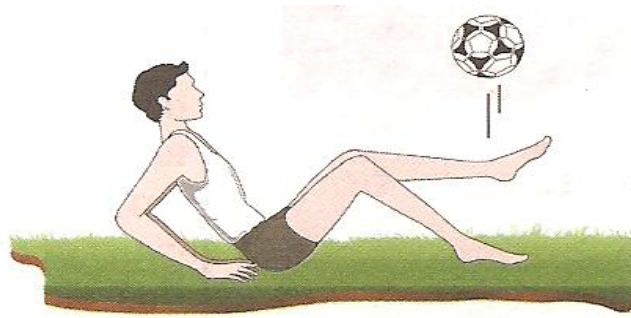


## MEDIOS TÉCNICOS.



**CONTROL.-** Es la acción técnica de hacerse con la posesión del balón, dominarlo y dejarlo en condiciones de ser jugado.

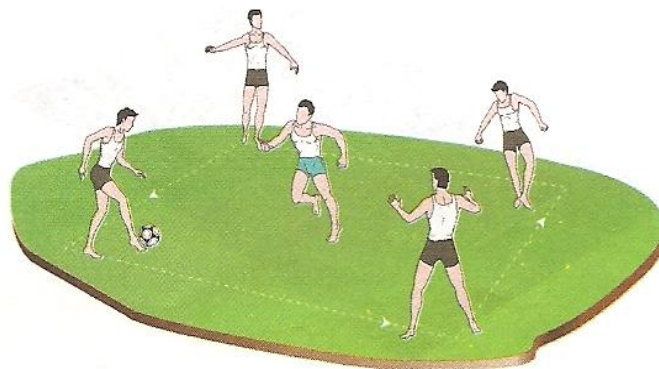
tando en un pie con pierna izquierda. Luego, realizar toques consecutivos con el muslo de cada pierna.



Sentado en el piso controlamos el balón realizando toques alternos utilizando las dos piernas con el empeine.



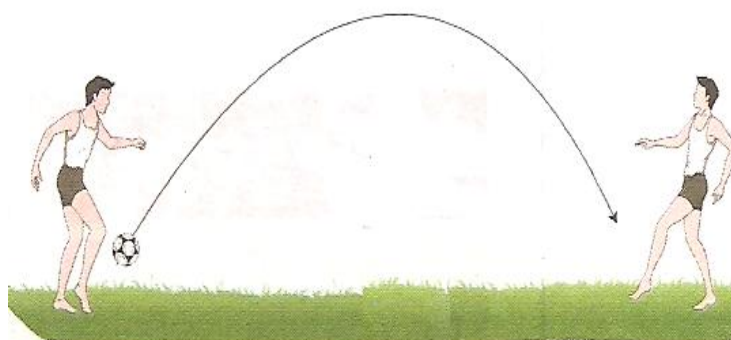
Realizar el mismo ejercicio anterior, pero utilizando además la cabeza los hombros y los pies.



Formar grupos de cinco estudiantes. Pedir que cuatro formen un cuadrado y el quinto se ubique en el medio. A una señal, los cuatro realizan toques de balón, mientras que el del medio trata de quitarlo.



Ubicar cuatro jugadores en un espacio reducido y controlar el balón sin salir del terreno.

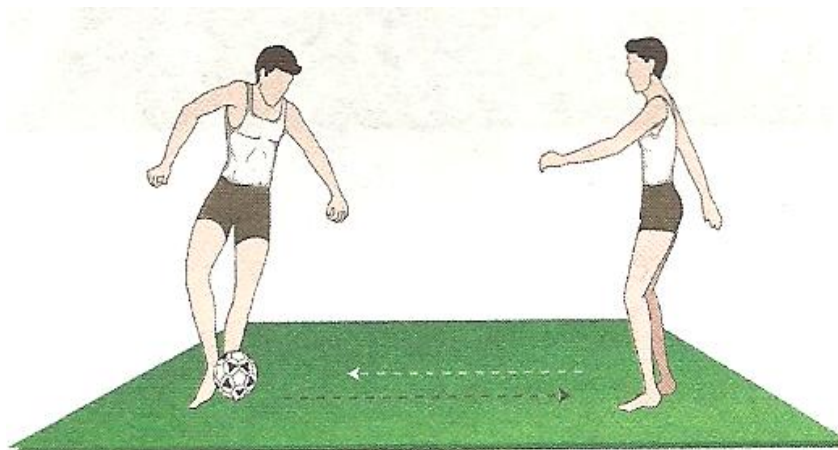


Formar parejas. Trazar canchas pequeñas como indica el gráfico A y B realiza toques en el piso o el aire y tratan de controlarlo

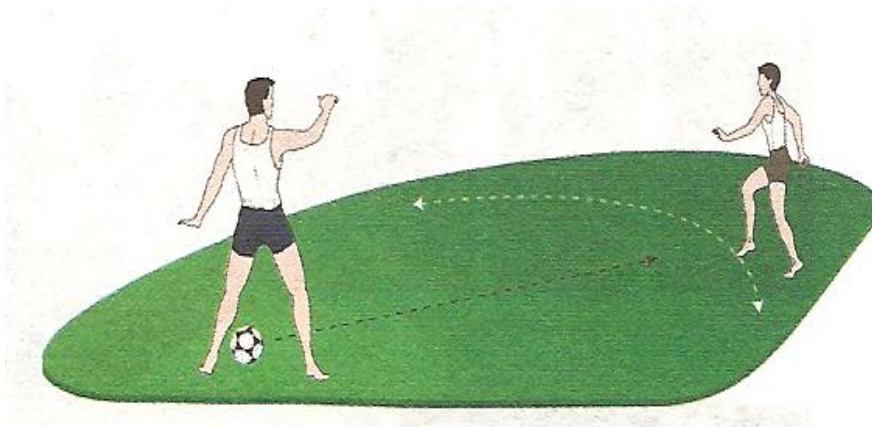
### **SUGERENCIAS:**

Indique que controlar el balón dentro del fútbol, ayuda al progreso tanto individual como colectivo. Motive la práctica constante.

**PASE.-** Es la acción técnica que permite establecer una relación, conciente, entre dos o mas jugadores, mediante la trasmisión del balón por un contacto. Es el principio del juego colectivo.

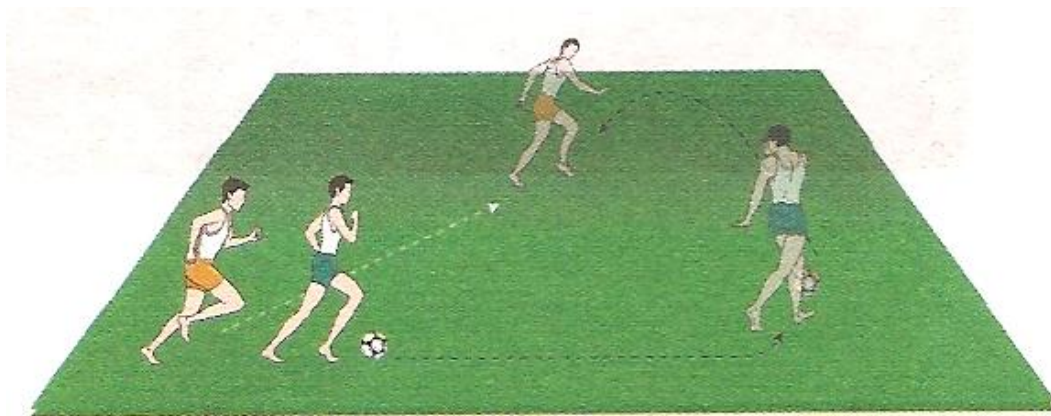


Formar parejas y ubicarlas frente a frente. A una señal, realizar pases con el borde interno, por treinta segundos. A manera de competencia, contar cuántos pases realizan.

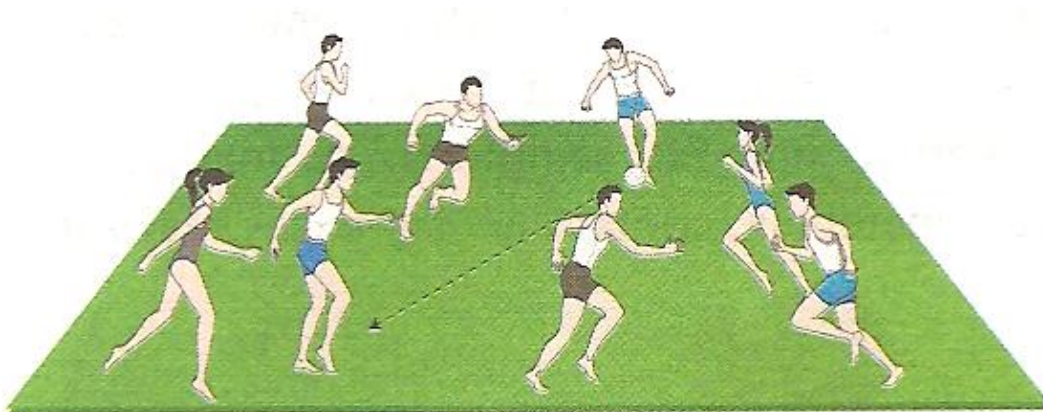


Formar parejas. Una esta parado con el balón en un solo lugar, mientras otro se desplaza en un medio circulo en frente de el. A una señal, el que tiene el balón, realiza pases hacia el lugar donde se está desplazando su compañero. Ver cuántos pases son acertados y cambiar de lugares.

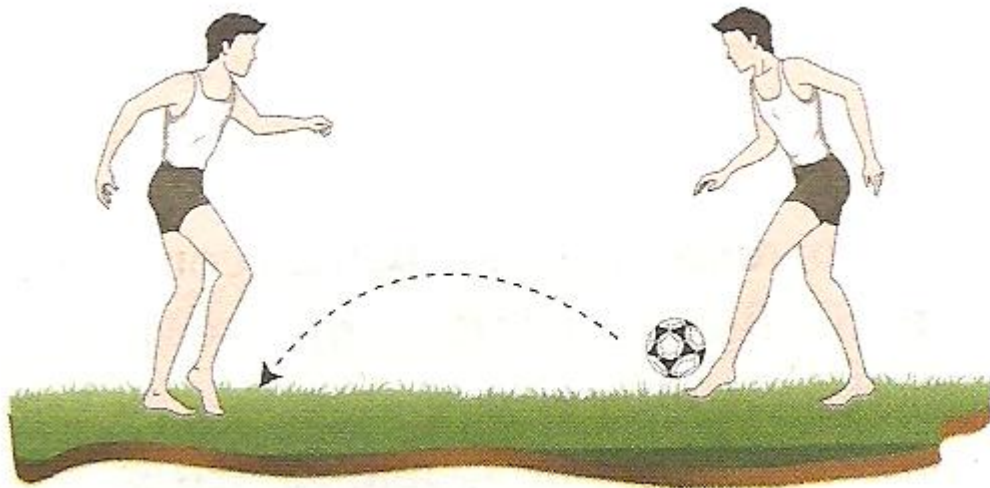




Formar parejas. Se ubica uno adelante del otro, en cualquier lugar de la cancha. El jugador que se encuentra adelante, conduce el balón en línea recta; a una señal se da media vuelta, ubica a su compañero que ya se movió de su puesto y rápidamente realiza un pase hacia él. Se cambia los lugares.

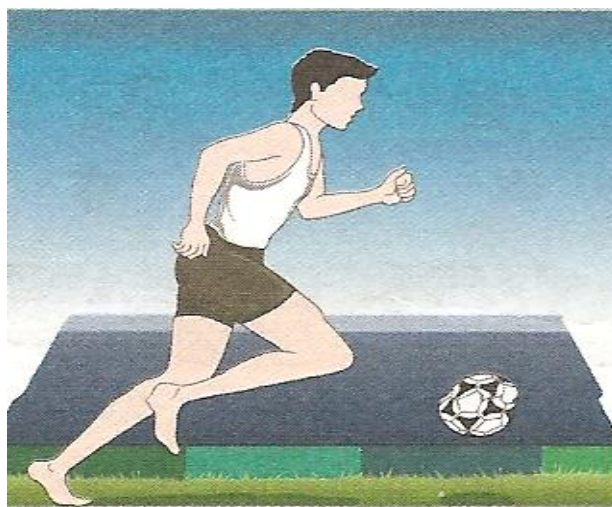


Formar equipos de cuatro jugadores. Juegan cuatro contra cuatro, tratando de mantener el balón en posición mientras realizan pases.



Formar parejas y pedir que se ubiquen frente a frente. Realizar pases de todo tipo, con la pierna que menos usen. Luego, lo hacen desplazándose.

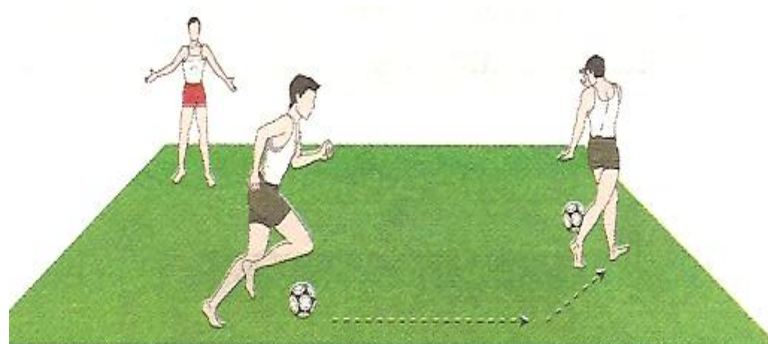
**CONDUCCIÓN.-** Es la acción técnica de traslado del balón con habilidad y destreza.



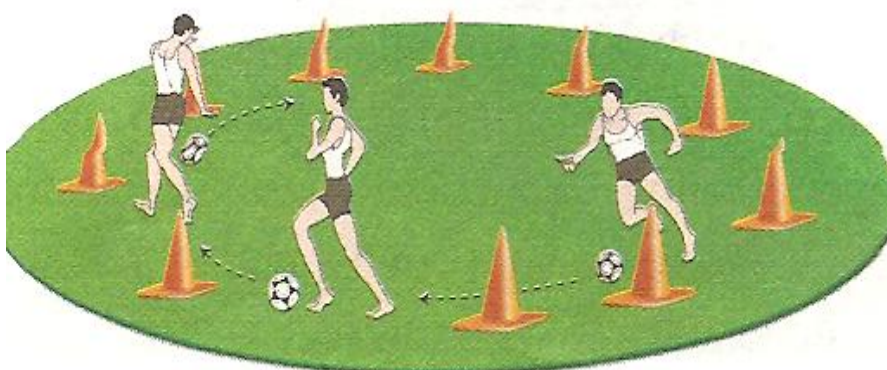
Trotar por la cancha, mientras se conduce el balón con el empeine, borde interno y externo.



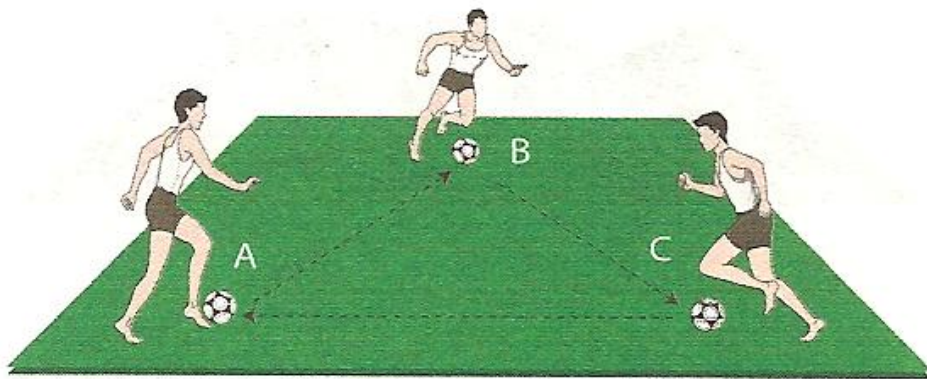
Por la línea del penalti, conducir el balón con el borde interno, o externo, mediante toques sucesivos.



Conducir el balón en una dirección y a una señal, cambiar hacia otra dirección.



Ubicar conos formando varios círculos grandes en la cancha. Distribuir a los jugadores en números iguales, en cada círculo. A cada señal, conducir el balón en un sentido y cambiar hacia otro sentido.



Formar tríos con los estudiantes y ubicarlos en triángulo. “A” conduce el balón hasta “B” y se lo entrega: “B” lo conduce hasta “C” y así continuar hasta la señal del profesor para cambiar de sentido.

**REGATE.-** Es la acción técnica de engaño utilizando el balón, e implica desbordar al adversario, sin perder la posesión del mismo.



Todos con un balón regatean evitando que el profesor les quite el balón.



**TIRO.-** Es la acción técnica de envío del balón sobre la portería contraria, con el objetivo de hacer gol.



**Tiro con el empeine total.** Es un tiro sin efecto, donde el pie de apoyo debe estar a la altura del balón al momento del golpe y este pie es el que indica la dirección del tiro. El balón es golpeado en el centro con el cuerpo ligeramente inclinado hacia delante.



**Tiro con el empeine exterior.** Con el cual se busca potencia y sorpresa sobre el contrario. El balón alcanza una trayectoria con el efecto cambiado y el pie de apoyo es el que causa el artificio.



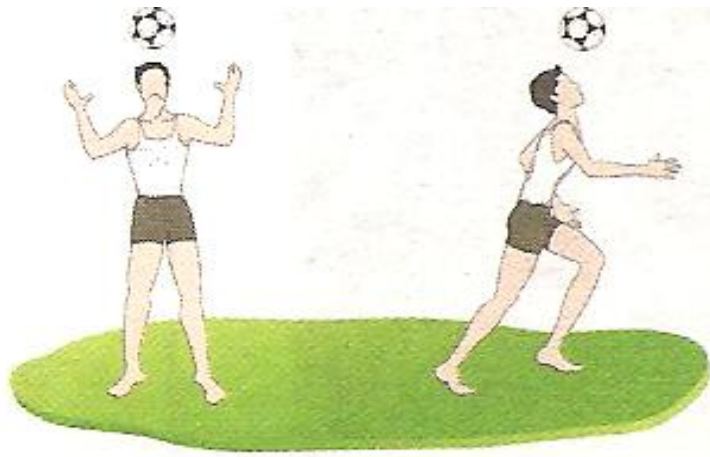
**Tiro a botepronto.** Cuando el balón es golpeado en el centro se realiza con el empeine total y si es golpeado en el centro lateral, se hace con el empeine exterior. Se trata de un golpe seco en el momento que el balón botea y enseguida comienza a subir. El cuerpo está ligeramente inclinado.



**Tiro de semivolea.** El golpe al balón se realiza con el empeine total, justo antes de que el balón toque el suelo. Para darle una mayor potencia, el jugador puede saltar elevando la pierna de apoyo.

Ubicar a los estudiantes como indica el gráfico. El jugador "A" realiza un pase a "B". Este pasa a "C", quien dispara frente a la portería.

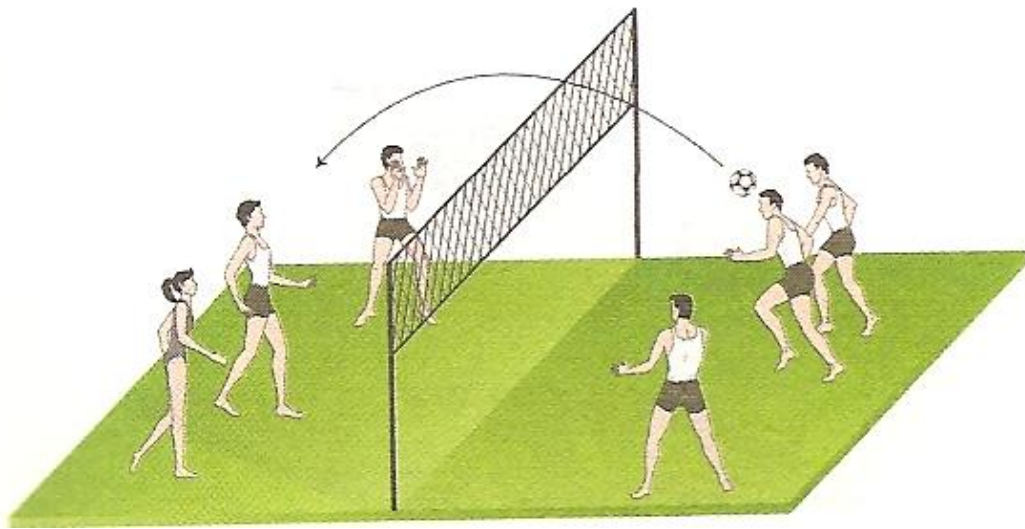
**JUEGO DE CABEZA.-** Es la acción técnica de contacto con la cabeza al balón, con el objetivo de pasar, rematar, despejar y desviar el mismo.



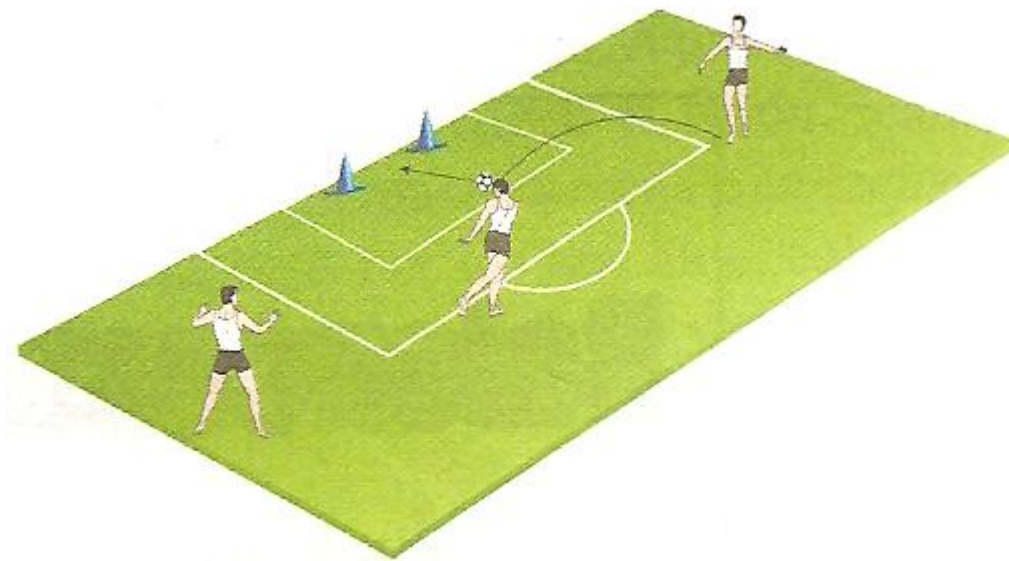
Jugar el balón con la cabeza, a diferentes alturas. Hacerlo en el puesto y luego, con movimiento.



Formar parejas. El jugador "A" envía el balón por alto y hacia los lados al jugador "B" y este lo devuelve con golpes de cabeza

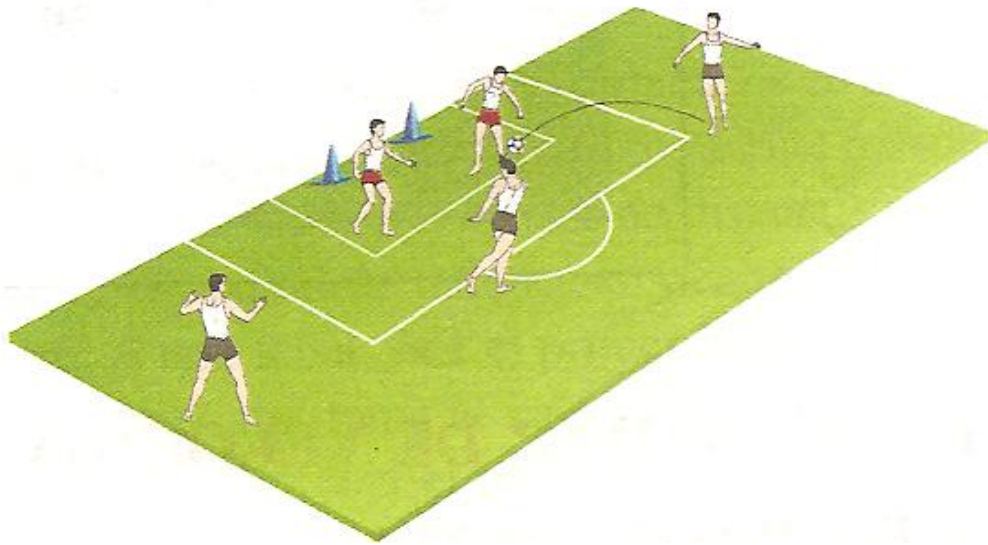


Formar dos equipos y ubicarlos frente a frente a una red de voleibol.  
Pedirles que jueguen con la cabeza y si es necesario con los pies.



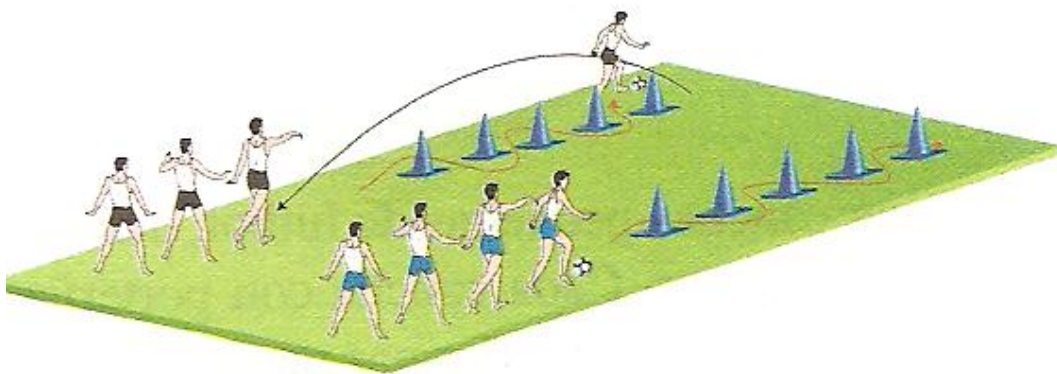
Formar tríos y ubicarlos frente a porterías formadas por conos. Los dos jugadores ubicados a los lados envían balones por alto a su compañero, que entra a rematar hacia la portería.



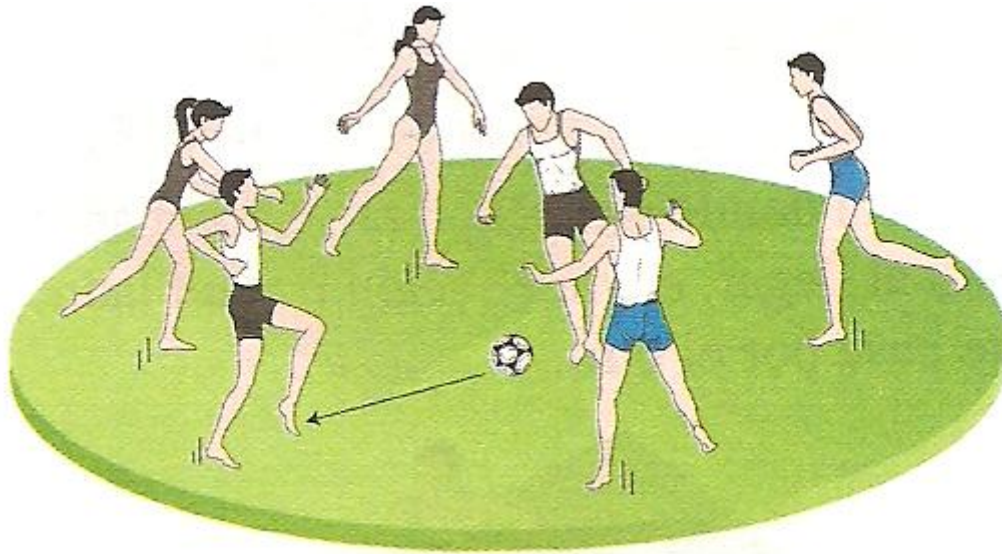


Formar grupos de cuatro integrantes. Igual que el ejercicio anterior, pero dos se ubican en el centro donde se encuentran con dos defensas que intentan evitar el balón.

**FINTA.-** Todo movimiento de engaño hecho con el cuerpo independientemente de la situación y trayectoria del balón.



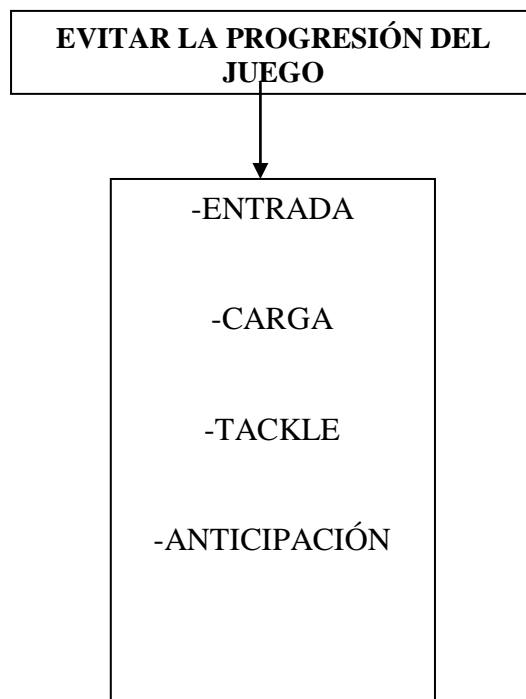
Dividir a los estudiantes en grupos de cuatro y pedir que se ubiquen, uno tras del otro frente a una línea de conos. A una señal, salen los primeros en zigzag, llegan hasta el final, realizan un pase largo hacia el siguiente jugador y regresan a su grupo.



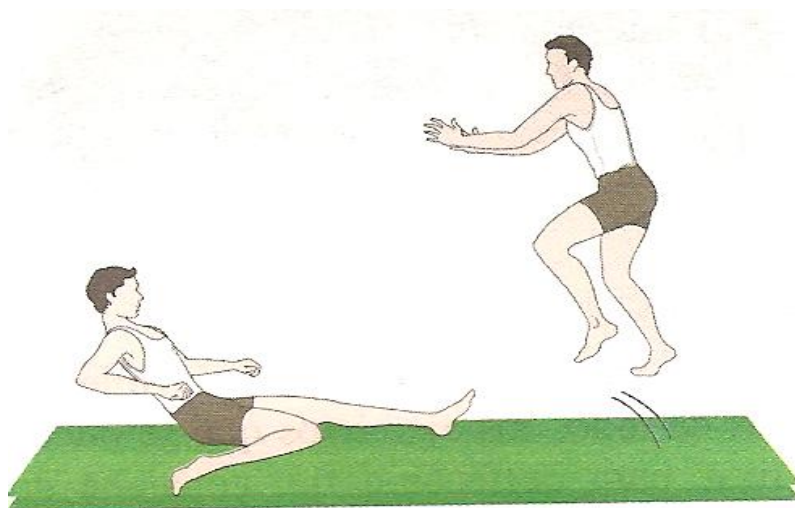
Dibujar círculos y ubicar a seis jugadores en cada uno. Uno de los estudiantes es nombrado para tocar a los demás. Todos saltan en un pie y tratan de equivocarlo.



Dibujar canchas pequeñas de fútbol, delimitada por conos. Cada cancha con porterías de un metro de ancho. Formar parejas y permitir que jueguen uno contra uno.



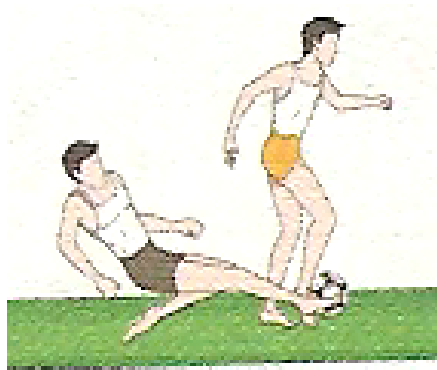
**ENTRADA.-** Es la acción que realiza un jugador para apoderarse del balón cuando está en posición del adversario



**CARGA.-** Es la acción que realiza un jugador sobre el adversario empujándole con el hombro de forma reglamentaria, cuando este se encuentra en posesión del balón, o intenta apoderarse del mismo.



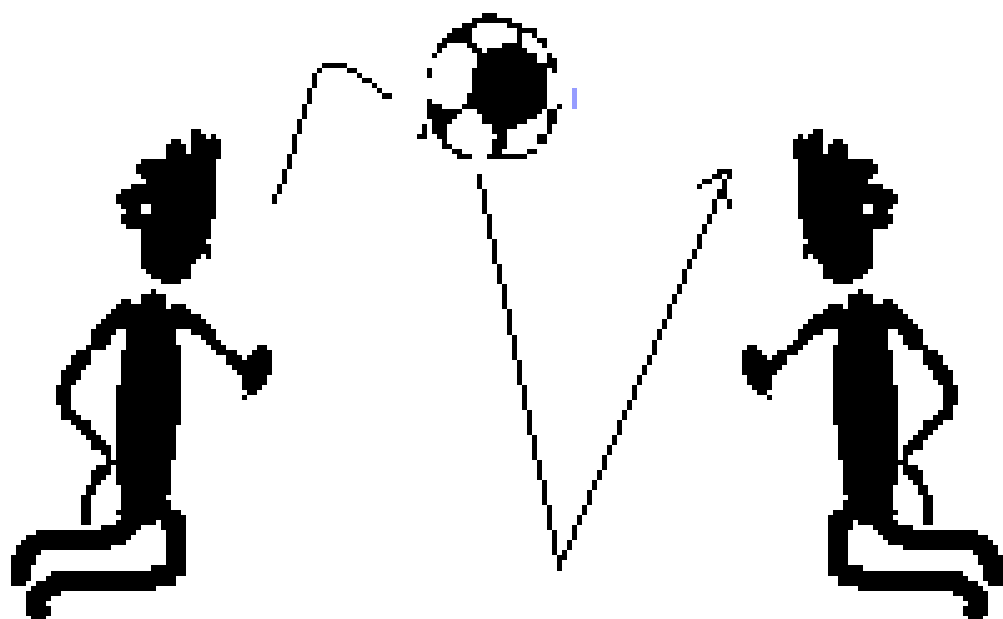
**TACKLE** .- Acción que realiza un jugador para quitar el balón al adversario.



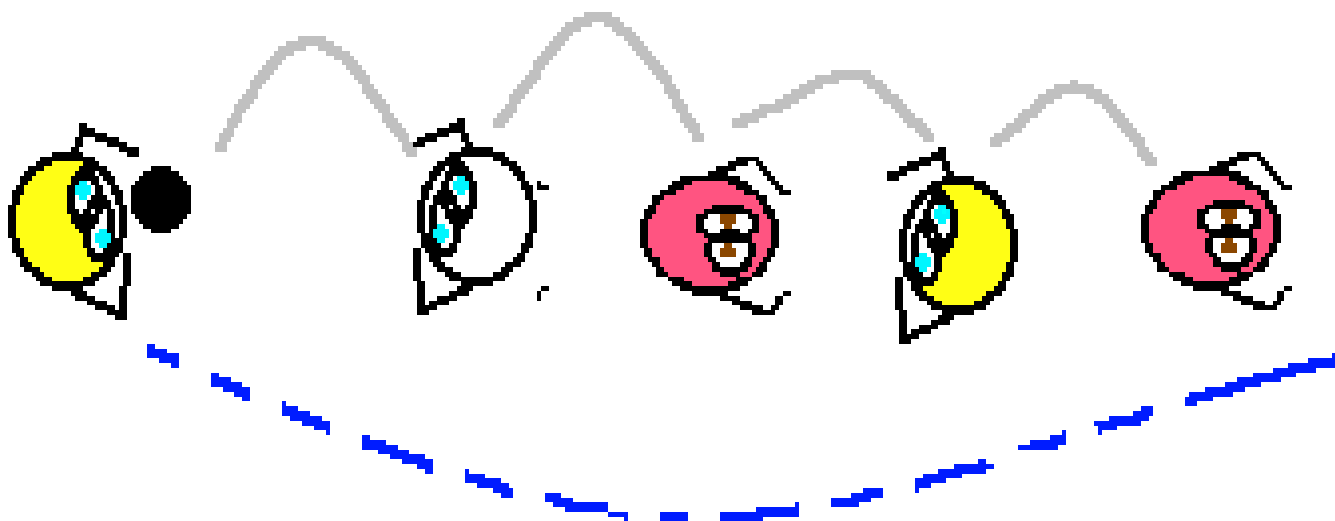
**ANTICIPACIÓN**.- es el movimiento hacia el balón que realiza un jugador adelantándose a la acción del adversario que le pretende recibir. Se realiza sobre el hombro, constituyendo por otra parte una acción física mental.



## EJERCICIOS TECNICOS DE FUTBOL

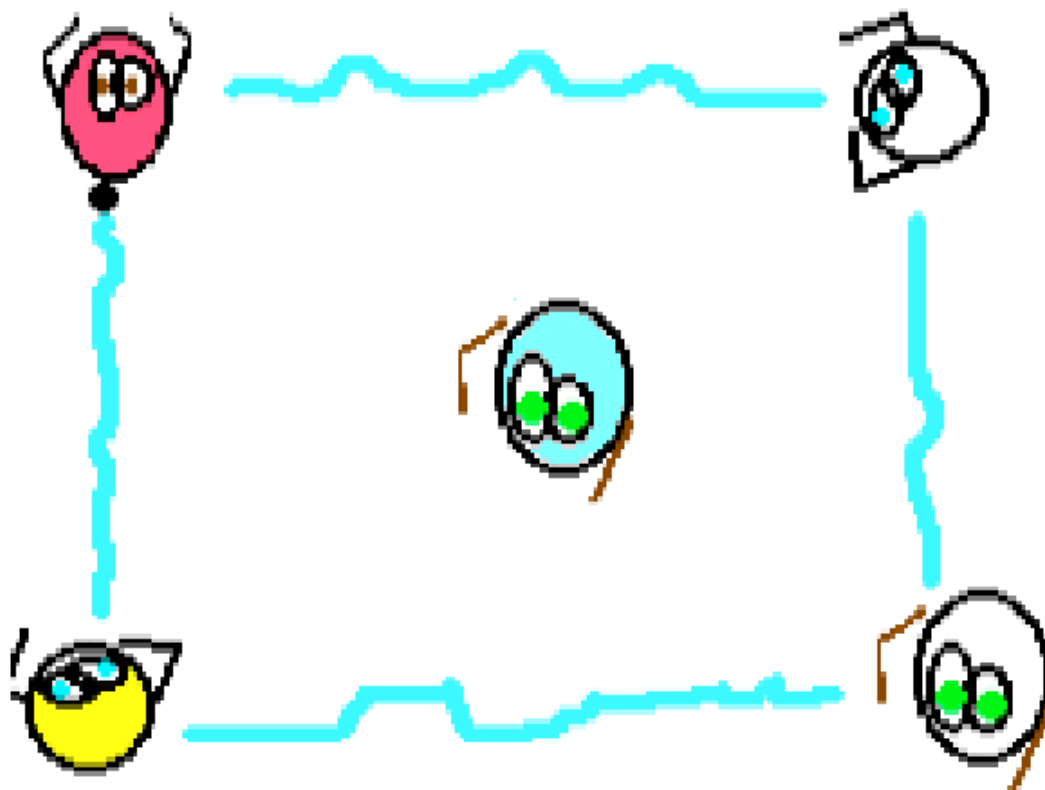


Formar parejas en posición de arrodillados. A lanza el balón al piso y con bote llega a la cabeza de B

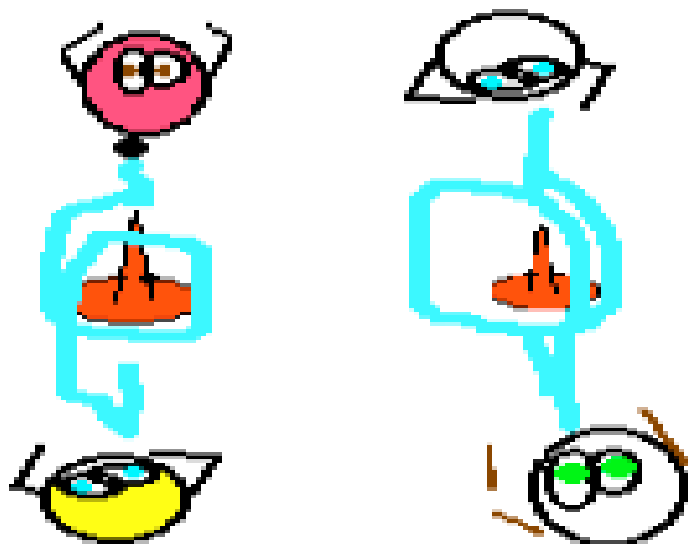


Formar grupos de cinco y ubicarlos frente a un compañero, cuatro a un lado y uno al otro lado. El estudiante que esta con el balón lanza hacia

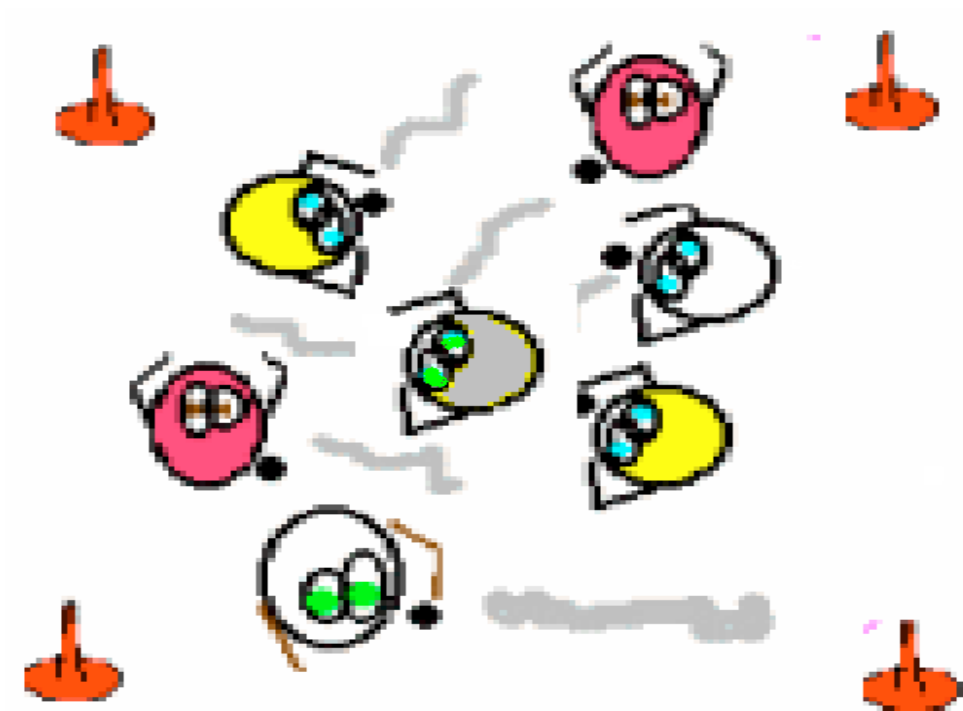
donde esta el primer jugador y este cabecea y se ubica atrás de su columna.



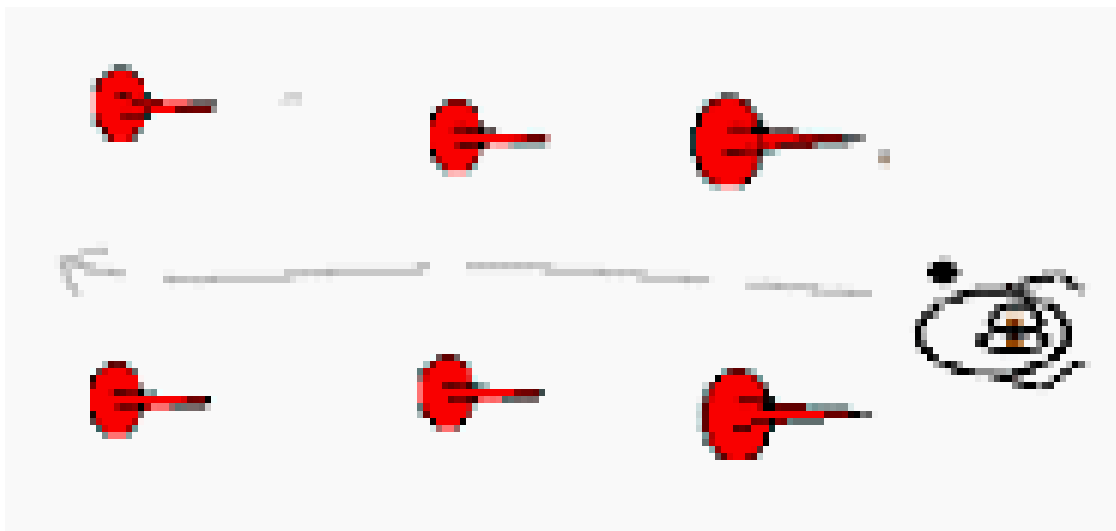
Formar grupos de cinco estudiantes. Pedir que cuatro formen un cuadrado y el quinto se ubiquen en el medio. A una señal los cuatro realizan toques de balón mientras que el del medio trata de quitarlo



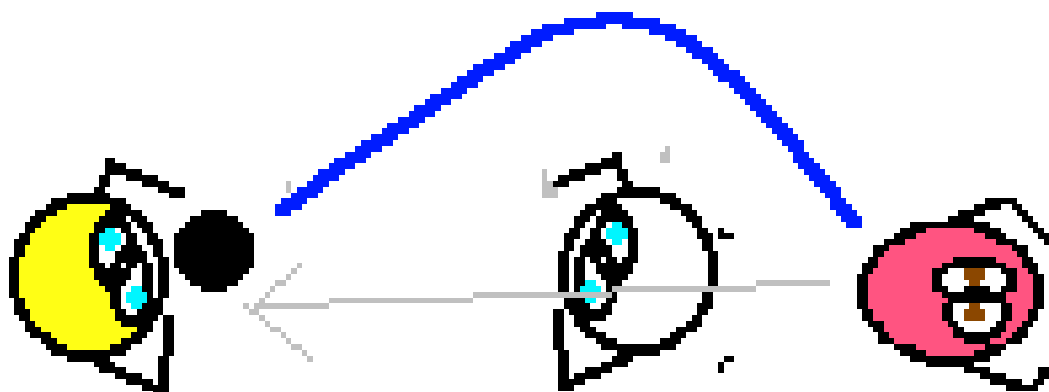
Ubicar a los estudiantes uno al lado del otro, cada uno con un balón, llevar el balón únicamente con el pie derecho hasta un cono y regresar; repetir varias veces.



Todos con un balón driblan evitando que el profesor les quite el balón.

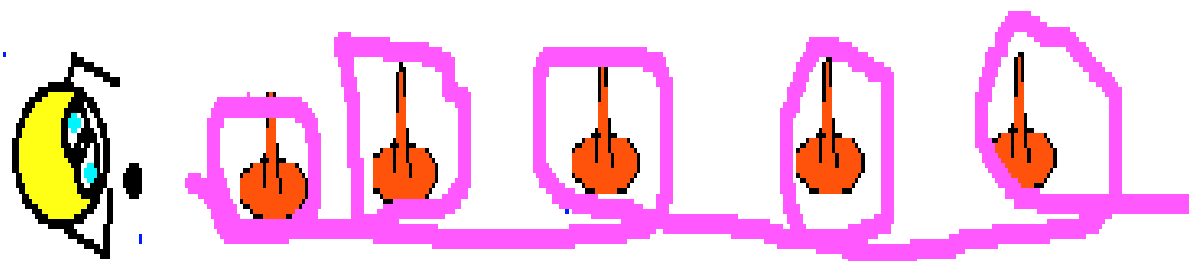


Colocar conos sobre la cancha de fútbol, en forma de columnas. Llevar el balón en zigzag a través se estos

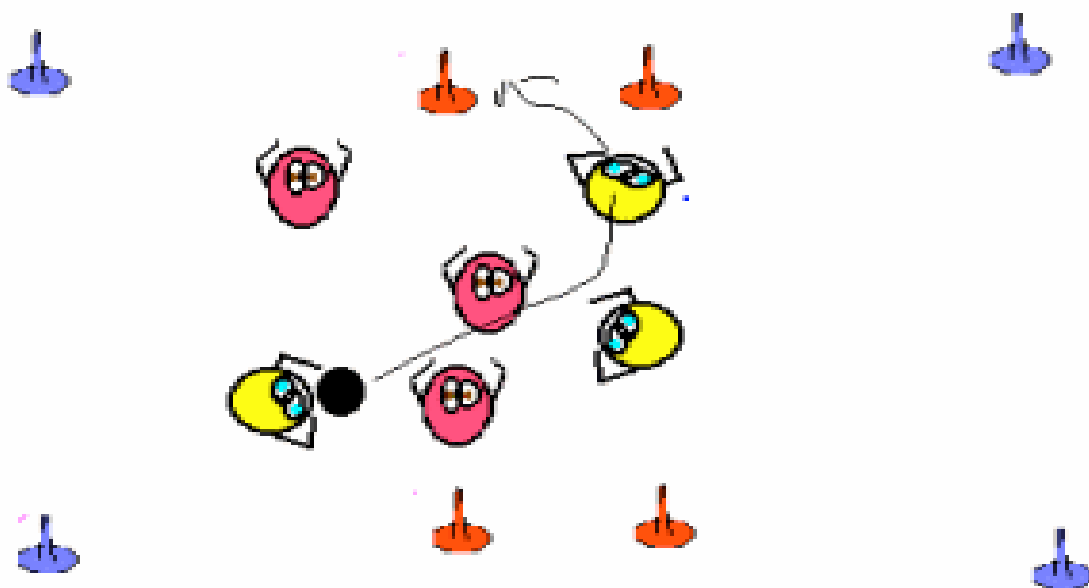


Formar tríos, trazar canchas pequeñas “A” y “B” realizan toques por el aire y “C” trata de interceptarle.

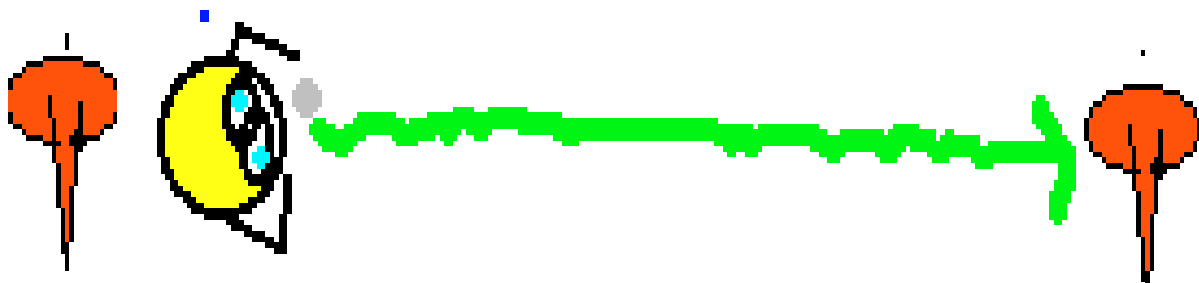




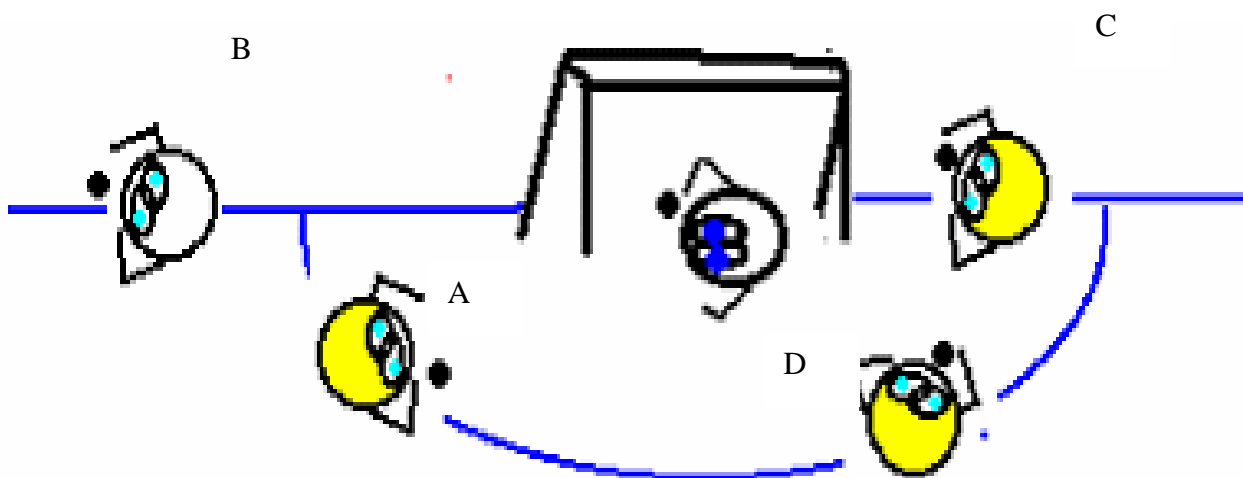
Conducir el balón con el pie por el recorrido de los cono y en cada cono damos una vuelta repetir varias veces el ejercicio



Futbol de tres contra tres (canchas pequeñas). El juego se inicia en la mitad de la cancha, si se consigue un gol el balón regresa al centro y comienza el otro equipo a mover el balón.



Colocar el balón en el piso y llevarlo con el pie derecho e izquierdo, en línea recta y regresar dando una vuelta por el cono.



### SAQUE DE ESQUINA

”B” realiza un saque corto para “A”, este para el balón y se retira para que “B” patee directamente a la portería o centre hacia el segundo palo a “C” y la baje de cabeza el balón a “D” para que remate a la portería.

# **MATERIALES**

## **DE**

# **REFERENCIA**

### **BIBLIOGRAFÍA**

ARJOL, J. 1997 **Análisis sob uso de tareas integrales en el entrenamiento de fútbol de alta competición. Training fútbol.**

BAYER, C.1986. **La enseñanza de los juegos deportivos colectivos.**

Hispano Europea. Barcelona.

BLÁQUEZ, D.1995 **La iniciación deportiva y el deporte escolar.** Inde.

Publicaciones.

BANGSBO, J.1997 **Entrenamiento de la condición física en el fútbol.**

Paidotribo, Barcelona.

BOSCO, C.1997. **Aspectos fisiológicos de la preparación física del**

**futbolista.** Paidotribo, Barcelona.

BRUGGEMANN,D. Y ALBRECHT,D.1993 **Entrenamiento moderno del**

**fútbol.** Paidotribo, Barcelona.

GRACA, A. Y OLIVEIRA, J.1997 **La enseñanza de los juegos**

**deportivos.** Paidotribo, Barcelona.

HERNÁNDEZ MORENO, J.1994. **Fundamentos del deporte: análisis de**

**las estructuras del juego deportivo.** Inde, Barcelona.

NAVARRO, V. Y JIMÉNEZ, F.1999 **Un modelo estructural-funcional del**

**comportamiento estratégico en los juegos deportivos.** Educación

física. num. 73, La Coruña.

MERCÉ CERVERA, J.1998 **Enseñanza y aprendizaje de los principios ofensivos y defensivos teniendo el juego como fundamento.** Cuadernos técnicos .Wanceulen. Editorial deportiva S.L # 12.

LÓPEZ, J.2000 **Entrenamiento globalizado de la progresión en el juego.** Cuadernos técnicos. Wanceulen. Editorial deportiva S.L. #

MOMBAERTS, E.1998 **Entrenamiento y rendimiento colectivo.** Hispano Europea, Barcelona.

PASCUAL, F.1997 **Planteamientos de entrenamiento físico-técnico-táctico globalizado en el fútbol actual.** Training fútbol, febrero,# 1.

PORTUGAL, M.1999 **Fútbol Medios de entrenamiento con balón.** Editorial Gymnos, Madrid.

MARTINEZ,C. ; TOBA, E. Y PILA TELEÑA.1997. **La preparación física en el fútbol.** Editorial Augusto Pila Teleña.

ROMERO, C.2000. **Hacia una concepción más integral del entrenamiento en el fútbol.** Cuadernos técnicos,Wanceulen,S.L

SEIRUL"LO, F.1999. **Criterios modernos de entrenamiento en el fútbol.** Training fútbol, noviembre, #45.

SANZ, J.1996 **Diferencia entre la metodología del entrenamiento tradicional y el entrenamiento globalizado en el fútbol.** Training fútbol, abril, #2.

# ANEXOS

## **RECURSOS**

Los recursos para esta investigación serán destinados por la persona que esta realizando el trabajo.

## ESTIMACIÓN DE COSTOS

ASPECTOS	COSTOS
A.- DEL PROYECTO	
Fotocopias	\$ 4
Libros	\$10
Internet	\$ 4
Compra de hojas A4	\$ 8
Disquetes	\$ 4
Trascripción del proyecto	\$ 20
Copias proyecto	\$ 8
Imprevistos	\$ 4
Subtotal:	\$ 62

## ESTIMACIÓN DE COSTOS



ASPECTOS	COSTOS
B.- PROCESO	
Hojas de encuesta	\$ 10
Hojas de observación	\$ 6
Gastos de oficina	\$ 20
Computadora	\$ 20
Transporte	\$ 20
Personal de apoyo	\$ 30
Imprevistos	\$ 9
Subtotal:	\$ 115

**INSTITUCIONALES.**

La investigación se realizará en la escuela Benjamín Araujo de Patate con los deportistas y alumnos que gustan de la practica del fútbol .

### **HUMANOS.**

Es de suma importancia la colaboración que se recibe de los diferentes Directivos, Entrenadores Profesores de educación física, medico, docentes y padres de familia de la institución.

### **MATERIALES.**

En lo referente a materiales contara con un sinnúmero de libros de diferentes autores, tanto a nivel americano como europeo, en donde se encontrará datos que sean de apoyo en este proceso investigativo, así también de documentos, revistas, y todo información que se pueda extraer a nivel del Internet, además del computador y los materiales de escritorio, encuestas, fichas de observación, necesarios en la investigación.

### **ECONOMICOS.**

Los gastos que demanden esta investigación serán financiados por el investigador, quien asumirá todos los egresos, desde el inicio de la misma ,hasta la finalización del trabajo, a si como también de la elaboración del proyecto de investigación.