



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención  
del título de Licenciado en Ciencias de la Educación,**

**Mención: Cultura Física**

**TEMA:**

---

**EL USO DE LA HIPERMEDIA PARA INCENTIVAR LA PRÁCTICA DEL  
FUTBOL EN EL COLEGIO TÉCNICO HUASIMPAMBA DEL  
CANTÓNPELILEO EN EL PERIODO JUNIO- OCTUBRE 2010.**

---

**AUTOR: Paredes Sánchez Franklin Darío**

**TUTOR: Ing. Fernando Javier Carrillo Sarabia**

**Ambato – Ecuador**

**2010**

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

La comisión de estudio y calificación del informe del trabajo de Graduación o Tabulación, sobre el tema: **EL USO DE LA HIPERMEDIA PARA INCENTIVAR LA PRACTICA DEL FÚTBOL EN EL COLEGIO TÉCNICO HUASIMPAMBA DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO-OCTUBRE 2010.** Presentado por el Sr. **Paredes Sánchez Franklin Darío**, egresado de la Carrera de Cultura Física promoción Marzo 2010 – Septiembre 2010, una vez realizada la investigación, aprueba con la calificación de 9,8 nueve punto ocho, reúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglamentales establecidos.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante el organismo pertinente, para los trámites pertinentes.

**LA COMISIÓN**

.....  
**Ing. MSc. Ivone Beatriz Llerena Freire**  
**MIEMBRO**

.....  
**Lcdo. Wilmer Alejandro Jordán Gordonez**  
**MIEMBRO**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN**

### **CERTIFICA:**

Yo, Fernando Javier Carrillo Sarabia con cedula de identidad 180312639-8. En calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema:**EL USO DE LA HIPERMEDIA PARA INCENTIVAR LA PRACTICA DEL FÚTBOL EN EL COLEGIO TÉCNICO HUASIMPAMBA DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO- OCTUBRE 2010.**Desarrollado por el egresado **Paredes Sánchez Franklin Darío**, 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 de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

**Ambato Octubre 29 del 2010**

-----  
**Ing. Fernando Javier Carrillo Sarabia**

**TUTOR**

## **TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

### **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

El presente proyecto de investigación **EL USO DE LA HIPERMEDIA PARA INCENTIVAR LA PRACTICA DEL FÚTBOL EN EL COLEGIO TÉCNICO HUASIMPAMBA DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO-OCTUBRE 2010**, elaborado por quien suscribe la presente, declara que los análisis, opiniones y comentarios que constan en este Trabajo de Graduación son de exclusiva responsabilidad legal y académica de autor.

Ambato, 31 de Octubre del 2010.

---

**Paredes Sánchez Franklin Darío**

C.C:180400080-8

AUTOR

# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

## **FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

### **CARRERA DE: CULTURA FÍSICA**

#### **RESUMEN EJECUTIVO**

**TEMA:** “El uso de la hipermedia para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba del cantón Pelileo en el periodo junio- octubre 2010.”

**AUTOR:** Paredes Sánchez Franklin Darío

**TUTOR:** Ing. Fernando Javier Carrillo Sarabia

#### **RESUMEN**

Un documento Hipermedia contiene información a través de la cual usted puede navegar. Por lo general, existen múltiples rutas que se pueden tomar en búsqueda de la información requerida. La información puede aparecer en muchos formatos: texto, gráficos, sonido, películas, etc.

Los textos Hipermediales no son lineales. Los lectores pueden explorar la información como lo deseen. Esto significa, a su vez, que un mismo documento puede servir a públicos diferentes basándonos en esto incentivamos a la práctica del fútbol dándoles temas de interés en el uso de la hipermedia aplicable a conocer sobre fútbol.

## **DEDICATORIA**

*A Dios y en especial a mis padres que me apoyaron en todos los momentos buenos y malos de mi vida.*

*A los Docentes de mi Carrera de Cultura Física y en general a la Universidad Técnica de Ambato que me impartieron todos sus conocimientos.*

*Paredes Sánchez Franklin Darío.*

## **AGRADECIMIENTO**

*A Dios, que me ha dado sabiduría para conseguir la culminación de mis metas propuestas.*

*A mis padres, hermanos y toda mi familia en general por a verme apoyado en todo momento, creer y confiar en todas las decisiones que he tomado en la vida y porque me supieron comprender el esfuerzo realizado en todo este tiempo.*

*A la Universidad Técnica de Ambato y a la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, que me brindo la oportunidad para realizar mis estudios, por su generosidad y el soporte institucional dado para la realización de este trabajo.*

*A mis queridos maestros por impartir sus valiosos consejos y por compartir desinteresadamente sus amplios conocimientos y experiencias con mi persona.*

*Paredes Sánchez Franklin Darío*

## ÍNDICE

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR .....	iii
TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN.....	iv
RESUMEN EJECUTIVO .....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPITULO I .....	2
EL PROBLEMA.....	2
Tema:.....	2
Planteamiento del problema.....	2
Contextualización.....	2
Análisis Crítico .....	5
Prognosis.....	7
Formulación del problema.....	8
Interrogantes de la investigación.....	8
Delimitación del problema .....	8
Justificación.....	9
Objetivos.....	10
Objetivo General.....	10
Objetivos Específicos.....	10
CAPITULO II .....	11
MARCO TEÓRICO .....	11
Antecedentes Investigativos.....	11
Fundamentación Filosófica.....	12
Fundamentación Pedagógica.....	12
Fundamentación Ontológica.....	13
Fundamentación Epistemológica.....	13
Fundamentación Científica.....	13

Fundamentación Legal.....	14
<b>Fundamentación Pedagógica .....</b>	<b>14</b>
<b>Categorías Fundamentales.....</b>	<b>15</b>
<b>Hipótesis.....</b>	<b>65</b>
<b>Señalamiento de las Variables .....</b>	<b>65</b>
<b>CAPITULO III.....</b>	<b>65</b>
<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>66</b>
<b>Modalidades básicas de la investigación.....</b>	<b>66</b>
<b>Tipo de la investigación.....</b>	<b>66</b>
<b>Población y Muestra .....</b>	<b>66</b>
<b>Operacionalización de Variables .....</b>	<b>68</b>
<b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....</b>	<b>70</b>
<b>Validez y confiabilidades los instrumentos.....</b>	<b>70</b>
<b>Plan de recolección de información. ....</b>	<b>70</b>
<b>Plan para el procesamiento de la información .....</b>	<b>71</b>
<b>CAPITULO IV.....</b>	<b>72</b>
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....</b>	<b>72</b>
<b>Interpretación de resultados .....</b>	<b>72</b>
<b>Verificación de la Hipótesis.....</b>	<b>92</b>
<b>CAPITULO V.....</b>	<b>93</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>93</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>93</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>94</b>
<b>CAPITULO VI.....</b>	<b>95</b>
<b>PROPUESTA.....</b>	<b>95</b>
<b>Datos Informativos.....</b>	<b>95</b>
<b>Antecedentes de la Propuesta .....</b>	<b>95</b>
<b>Justificación.....</b>	<b>96</b>
<b>Objetivos.....</b>	<b>96</b>
<b>Objetivo General.....</b>	<b>96</b>
<b>Objetivo Específicos.....</b>	<b>96</b>

<b>Análisis de factibilidad .....</b>	<b>97</b>
<b>Fundamentación.....</b>	<b>97</b>
<b>Modelo Operativo.....</b>	<b>98</b>
<b>CRONOGRAMA DE LA PROPUESTA.....</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>ANEXOS:.....</b>	<b>102</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 .....	43
Tabla 2 .....	51
Tabla 3 .....	53
Tabla 4 .....	72
Tabla 5 .....	74
Tabla 6 .....	76
Tabla 7 .....	78
Tabla 8 .....	80
Tabla 9 .....	82
Tabla 10 .....	84
Tabla 11 .....	86
Tabla 12 .....	88
Tabla 13 .....	90

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

ilustracion 1 .....	7
ilustracion 2 .....	15
ilustración 3 .....	72
ilustración 4 .....	74
ilustracion 5 .....	76
ilustración 6 .....	78
ilustración 7 .....	80
ilustración 8 .....	82
ilustración 9 .....	84
ilustración 10 .....	86
ilustracion 11 .....	88
ilustración 12 .....	90

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación sobre el uso de la hipermedia servirá como apoyo para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba del Cantón Peli leo en el periodo Junio-Octubre 2010.

Es de gran importancia para esta institución y para la comunidad educativa. La hipermedia es el termino con que se designa al conjunto de métodos y procedimientos para escribir, diseñar o componer contenidos que tengan texto, video, audio, mapas u otros medios, y que además tengan la posibilidad de interactuar con los usuarios ya que la ciencia y la tecnología integra a la cultura física el deporte y la recreación para lo cual esta labor está orientada para todos los niños, jóvenes y adultos de ambos sexos.

Se ha observado que el fútbol es un deporte que une a millones de personas de ambos sexos en la institución existen algunas dificultades para la práctica del fútbol ya que lo practican de una forma inadecuada, que la mayoría de las clases de cultura física se puede resumir en un calentamiento más o menos dinámico, unos partidos con poca intensidad y unos partidos a tiros a puerta y sin utilizar las técnicas y tácticas para el fútbol.

Lo que se ve es que no me satisface del todo porque los estudiantes no tienen mucho contacto con el balón ni interés practica que se han en aprender las técnicas del fútbol. También existe mucho tiempo muerto y hay tareas en que una gran parte de estudiantes están inactivos. En resumen de esta observado se puede deducir que la forma inicial se carece de la asimilación de estrategias didácticas apropiadas para realizar esta práctica deportiva.

Para lograr el mejoramiento de este trabajo de investigación se procedió a la observación en la institución que no existe motivación para este deporte.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA**

#### **1.1. Tema:**

El uso de la hipermedia para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba del cantón Pelileo en el periodo junio- octubre 2010.

#### **1.2. Planteamiento del problema**

##### **1.2.1. Contextualización**

###### **Contextualización Macro**

Para poder incentivar la práctica del fútbol deben ser dadas a conocer los problemas que existen constantemente a nivel mundial, ya que como nosotros sabemos en algunos países hay bajos recursos económicos y por ende el fútbol no se practica constantemente.

Para obtener deportistas de gran elite y con conocimientos suficientes dentro de este deporte ayudándose y compartiendo opiniones a nivel mundial a través de la tecnología como es la hipermedia lo que por medio del avance tecnológico es del alcance de todo el mundo.

“El fútbol fue jugado por primera vez en Egipto, como parte de un rito por la fertilidad, durante el Siglo III antes de Cristo. La pelota de cuero

fue inventada por los chinos en el Siglo IV antes de Cristo. Los chinos rellenaban estas pelotas con cerdas.

Esto surgió, cuando uno de los cinco grandes gobernantes de China en la antigüedad, Fu-He, apasionado inventor, apelmazó varias raíces duras hasta formar una masa esférica a la que recubrió con pedazos de cuero crudo. Acababa de inventar la pelota. Lo primero que se hizo con ella fue sencillamente jugar a pasarla de mano en mano. No la utilizaron en campeonatos.”(IBID)

“En la Edad Media hubo muchos caballeros obsesionados por los juegos con pelota, entre ellos Ricardo Corazón de León, quien llegó a proponer al caudillo musulmán Sala diñó, que dirimieran sus cuestiones sobre la propiedad de Jerusalén con un partido de pelota. Los hindús, los persas y los egipcios adoptaron este elemento para sus juegos, utilizándolo en una especie de hándbol o balonmano. Cuando llega a Grecia, es llamada esfera (esfera). Los romanos la comienzan a denominar con el nombre de "pila" que con el tiempo se transformaría en pilota, evolucionando el término a la denominación actual.”(IBID)

“Los griegos y los romanos practicaron el fútbol, y estos últimos los llevaron a las islas británicas. El juego se convirtió en deporte nacional inglés, y a principios del Siglo XIX dio origen al rugby. El fútbol moderno tuvo su origen en Inglaterra en el Siglo XIX. Pero su nacimiento es muy anterior, puesto que los Juegos de pelota practicados con el pie se jugaban en numerosos pueblos de la antigüedad.

El Arpaste romano es el antecedente del fútbol moderno, y se inspiró en un juego griego que utilizaba una vejiga de buey como pelota. Los romanos, en época del imperio, llevaron a Britania este juego, donde -

según datos legendarios- se practicaba una especie de fútbol nativo.”(IBID).

“Durante la Edad Media el fútbol fue prohibido por su carácter violento, y recién en 1848 apareció el Primer Reglamento de Cambridge, destinado a unificar las distintas reglas que se utilizaban. En 1863 se crearon nuevas reglas y el fútbol se separó definitivamente del rugby. El 21 de mayo de 1904 se funda la FIFA (Federación Internacional del Fútbol Asociado) y por primera vez se establecen reglas mundiales.”Esto es basado de la página de internet. (IBID)

### **Contextualización Meso**

La práctica del futbol en nuestro país es muy baja, ya que el video juego incide mucho en la formación de los estudiantes y por ende el estudiante pierde el interés por practicar este deporte.

El futbol debe ser muy influido en el País por las diferentes instituciones como son escuelas, colegios, centros educativos, etc. Con el esfuerzo de todos, deben ir situándose junto a las otras ciencias, como medio protagónico en el campo científico y pedagógico.

Las campañas informativas que tratan dar a conocer los beneficios que se pueden adquirir al realizar algún tipo de actividad deportiva y los logros que se consiguen los diferentes agentes que se ven involucrados en el ámbito deportivo de cada país concientiza y motiva al estudiante, despertando así el interés por la práctica del futbol.

Los nuevos paradigmas han influido en gran medida para que la cultura física hasta el día de hoy, sea parte de la organización, estructura y

de los hábitos de propender una buena salud física y mental, para poder mejorar el rendimiento deportivo.

Por eso es tan importante que sepamos definir los roles del profesor de cultura física y así poder obtener deportistas con rendimiento excelente y de buenas condiciones ya que por medio de las instituciones educativas podemos preparar a los estudiantes y ser unos excelentes deportistas para obtener buenos resultados.

### **Contextualización Micro**

En la provincia del Tungurahua del cantón Pelileo cuenta con centros educativos preprimarias, primarios y secundarios como el Instituto Tecnológico Pelileo, Colegio Nacional Mariano Benítez, Colegio los Sala sacas, Unidad Educativa Naciones Unidas, Liceo Joaquín Arias, Instituto José Ignacio Ordoñez, entre muchos otros que existen en el sector rural.

Los que practican este deporte no tienen un entrenamiento por parte de personas preparadas para realizar dicha actividad creando daño irreversible en los estudiantes. En el Colegio Técnico Husimpamba los estudiantes no tienen un buen rendimiento, no hay un seguimiento de entrenamiento para los mismos tal es el caso que no se ajusta a un calendario de rutina de formación y entrenamiento.

#### **1.2.2. Análisis Crítico**

En tiempos pasados como la historia lo demuestra el fútbol, es un deporte que despierta pasiones que ha llevado a muchas personas a practicarlo.

Vemos que el deporte favorito es practicado de manera profesional donde se sigue un cronograma de entrenamientos, donde hay un equipo de

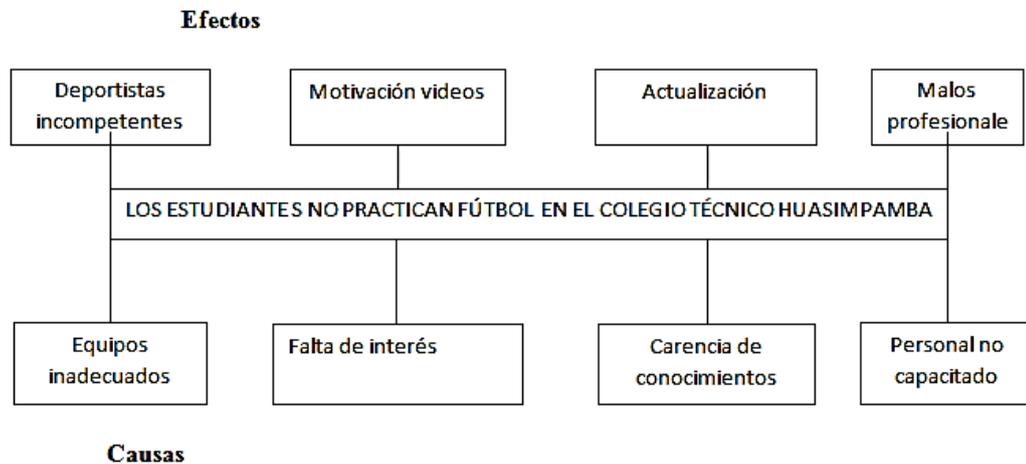
entrenadores en todos sus aspectos, se hacen verdaderos deportistas que acogen a una gran cantidad de hinchadas.

Las autoridades del Colegio Técnico Husimpamba y el profesor de cultura física deben tomar muy en cuenta que los estudiantes tienen que hacer conciencia de su cuerpo y darle un buen entrenamiento y así poder incentivar la práctica del fútbol no de manera profesional pero si de manera adecuada para evitar futuras lesiones que lo dejarían imposibilitados para toda la vida en muchas ocasiones.

Por lo general los estudiantes que practican este deporte en esta institución lo hacen con una desmotivación en el equipo por lo cual causa un efecto de una mala preparación física ya que también no tienen una alimentación adecuada ya que por ende puede ocasionar múltiples enfermedades.

La actividad deportiva es una disciplina que pretende mejorar de manera continua en la formación de los estudiantes como deportistas y dar una educación sobre el buen manejo de las técnicas y tácticas en el deporte del fútbol.

## Árbol de Problemas



ilustracion1

### 1.2.3. Prognosis

Dada la situación en el medio que se encuentra ubicada la institución, la práctica del futbol se desarrolla de manera insuficiente e inadecuada, donde no se emplean las técnicas peor aún las tácticas, y la planificación de los mismos no existen. Los estudiantes devén tener conocimiento que existen formas de contactarse mediante la tecnología por medio de la hipermedia para poderse capacitar sin necesidad de tener un profesor particular.

Por consiguiente como consecuencia de este problema no tendremos muchos estudiantes que practiquen este deporte, y si no se les capacitan correctamente con charlas motivadoras los estudiantes sufrirán cambios psicológicos y no tendrán un rendimiento aceptable en la cancha de juego.No solo son los beneficios que esta brinda sino por un cambio de vida que ellos necesitan para prevenir futuros fracasos en la práctica del futbol.

#### **1.2.4. Formulación del problema**

¿Cómo influye el uso de la hipermedia para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Husimpamba del Cantón Pelileo en el año lectivo 2009-2010?

#### **1.2.5. Interrogantes de la investigación**

¿Cuál es el desinterés del empleo de las técnicas y los ejercicios en los estudiantes del el Colegio Técnico Husimpamba?

¿Cómo prepara a los estudiantes física y mentalmente para tener un buen rendimiento en la práctica del fútbol?

¿Es un problema la inadecuada alimentación en los estudiantes que practican fútbol?

¿Los estudiantes deben saber porque razón sus cuerpos no resisten con facilidad a cargas de entrenamiento moderado?

¿Los diferentes ejercicios para la práctica del fútbol deberán ser empleados en los estudiantes del Colegio Técnico Husimpamba?

¿Por qué la cultura física influye en la formación de un estudiante?

#### **1.2.6. Delimitación del problema**

**Campo:**Deportivo

**Área:**Cultura física

**Aspecto:** La capacitación para incentivar la práctica del fútbol mediante la hipermedia.

**Delimitación Temporal y Espacial**

**Espacial:** Con los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba.

**Temporal:** Junio – Octubre 2010.

**Unidades de observación:** de todos los involucrados se realizara el 50% de estudiantes, autoridades 15%, personal docente 20% padres de familia 15%.

### 1.3. Justificación

El presente tema de investigación es de gran utilidad para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes en la asignatura de cultura física y novedoso, ya que se demuestran que existen personas que se preocupan por la formación académica y física de los estudiantes ya que así podemos completar su desarrollo integral, el deseo principal es que los estudiantes y profesores siempre cuenten con los implementos necesarios y adecuados como lo sería el balón y la cancha para incentivar la práctica del fútbol.

El trabajo tiene una enorme importancia por abordar el tema de cómo incentivar la práctica del fútbol que muy poco ha sido investigado y más aun al tratarse de la formación física del cuerpo humano en jóvenes que están en pleno desarrollo de su personalidad física, emocional e intelectual.

Tiene la originalidad de ser una investigación que se puede sustentar en otros trabajos teóricos para que no centra su atención en el campo deportivo como es el fútbol, como fundamento importante en el mantenimiento físico de los estudiantes y personas en general.

La investigación es factible de realizar ya que todos los sujetos que conforman el universo de investigación presentaran las facilidades para obtener los datos e información que me permitirán obtener los resultados y llegar a las conclusiones y recomendaciones para dar solución al problema planteado.

Los beneficiarios directos de este trabajo serán los estudiantes y profesores del Colegio Técnico Huasimpamba, por que se mejorara el rendimiento en la práctica del futbol como también los Padres de familia por que permitirá que se encuentren más tranquilos al ver recompensados sus esfuerzos económicos al invertir en la educación de sus hijos.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

Incentivar la práctica del fútbol con el uso de la hipermedia en los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- ❖ Determinar las causas que ocasionan la falta de la de preparación física con el uso de la hipermedia en los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba del Cantón Pelileo.
- ❖ Investigar las condiciones que nos presenta el uso de la hipermedia para mejorar las técnicas y tácticas del fútbol en los estudiantes de la institución.
- ❖ Elaborar un plan de entrenamiento con técnicas y tácticas para el mejoramiento y un mejor rendimiento y así incentivar la práctica del fútbol.
- ❖ Estudiar alternativas que nos da el uso de la hipermedia para mejorar e incentivar la práctica del fútbol.
- ❖ Utilizar la hipermedia para incentivar la práctica del Fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba en el periodo Septiembre – Octubre 2010.

## **CAPITULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes Investigativos**

En el Colegio Técnico Husimpamba no existen documentos que atestigüen que se ha realizado una investigación sobre como incentivar la práctica del fútbol , si consideramos que la práctica del fútbol en los actuales momentos se ha convertido en un deporte favorito, es necesario que el tema sea investigado constantemente y de manera profunda, situación que no ha acontecido en la institución, ya que de toda la información que se ha podido obtener no existen investigaciones realizadas anteriormente en relación al tema de esta investigación.

Todos los trabajos investigados que han realizado los estudiantes para optar por el título de bachiller han estado orientados a sus especializaciones como son Mecánica Automotriz, Mecánica Industrial, Electricidad y Contabilidad. Además de la indagación que se ha realizado no se conoce que otra institución, organismos o persona alguna haya realizado una investigación sobre este tema de forma concreta y especifica, lo único que existe son libros, textos y revistas como contenido teórico o recomendaciones de cómo realizar eficientemente los ejercicios físicos en diferentes disciplinas deportivas. De tal manera que se puede afirmar de forma

categoría que es la primera investigación que se desarrollara con esta orientación.

## **2.2. Fundamentación Filosófica**

Esta investigación está sustentada en el paradigma crítico propositivo.

Es crítico porque cuestiona la realidad actual de la institución del cantón Pelileo, ya que en el Colegio Técnico Huasimpamba no existen maestros que puedan satisfacer las necesidades de aprendizaje de los estudiantes que practican el fútbol

Es propositivo porque a más de la observación de los fenómenos, se busca y plantea alternativas de solución social al problema investigado.

## **2.3. Fundamentación Pedagógica**

El proyecto en su primera fase intenta desarrollar herramientas didácticas, por lo que básicamente se centra en uno de los aspectos más importantes de cualquier planteamiento didáctico; los recursos para enseñar y aprender.

Es evidente que cuando se planifica una acción formativa, los recursos de los que se dispone o los que se plantea utilizar, condicionarán en parte la metodología que se utiliza, para la enseñanza-aprendizaje en la práctica del fútbol en niveles educativos es un objetivo al que se llegará como consecuencia de la inclusión de los recursos que este proyecto desarrolla y también de la utilización de la hipermedia que capacite como uno de los elementos que facilitará el aprendizaje de los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba del cantón Pelileo.

## **2.4. Fundamentación Ontológica**

Encontrarnos interrogantes dentro de este presente trabajo como  
¿Existe personal capacitado dentro de la institución para enseñar cómo se debe incentivar la práctica del fútbol mediante la hipermedia?,  
¿Los conocimientos actuales de los profesores son suficientes para capacitar al estudiante? Es tarea contestar durante el desarrollo del trabajo investigativo estas interrogantes.

## **2.5. Fundamentación Epistemológica**

Como teoría del conocimiento, se ocupa de problemas tales como las circunstancias históricas, psicológicas y sociológicas que llevan a su obtención, y los criterios por los cuales se lo justifica o invalida. Es de reciente creación, ya que el objeto al que ella se refiere es también de reciente aparición tomando en cuenta que nunca antes nadie había realizado una capacitación en como incentivar la práctica del fútbol mediante la tecnología que nos ofrece la hipermedia.

## **2.6. Fundamentación Científica**

Utilizaremos la fundamentación científica ya que necesitamos dar conceptos, características además las fases del proceso de la investigación deben ser: lógica, metodológica, técnica y teórica. Los tipos de investigación: pura, aplicada, exploratoria, descriptiva, explicativa, documental, de campo, experimental, cuantitativa y cualitativa por tal razón es indispensable este tipo de fundamentación.

## **2.7. Fundamentación Legal**

### **De la constitución**

#### **Sección sexta**

#### **Cultura física y tiempo libre.**

**Art. 381.-** El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

**Art. 382.-** Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley.

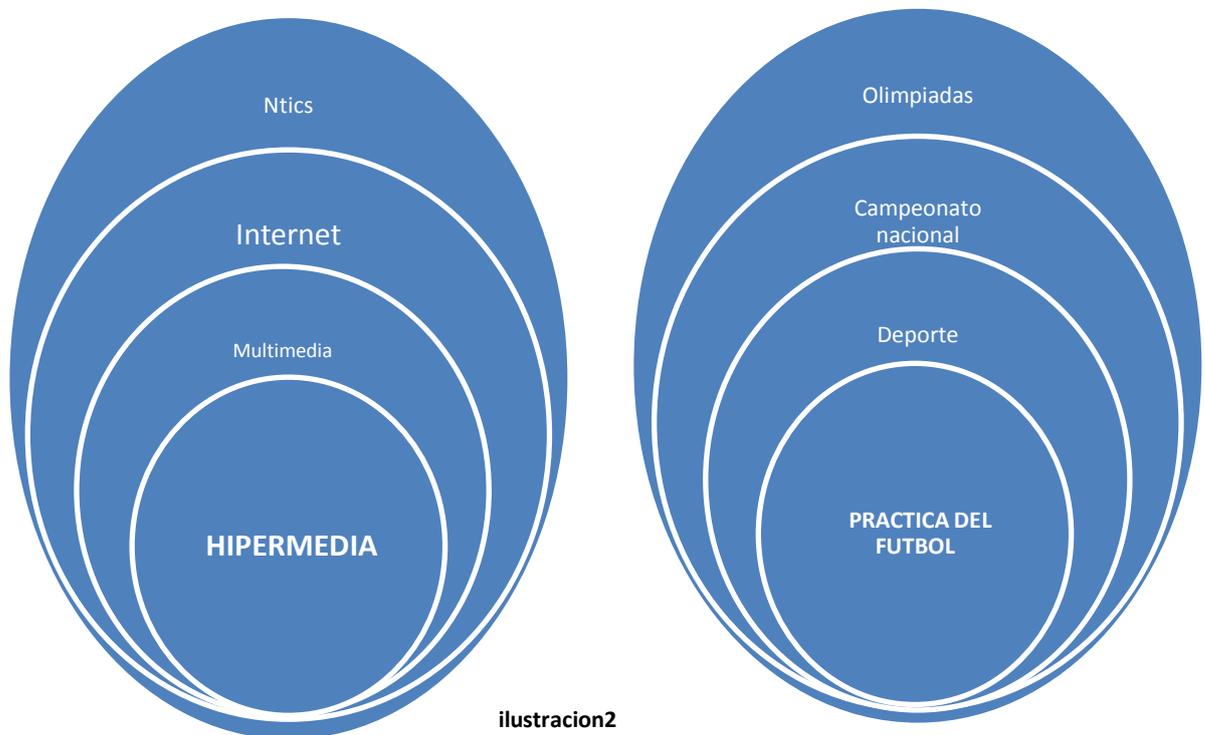
**Art. 383.-** Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.

## **2.8. Fundamentación Pedagógica**

El proceso de formación de la personalidad abarca el conjunto de transformaciones mediante las cuales el sujeto llega a convertirse en una

personalidad desarrollada, en lo que respecta a sus capacidades, sus cualidades morales, sus valores y convicciones, lo que le permite ocupar una posición activa y creadora en la construcción de la sociedad.

## 2.9. Categorías Fundamentales



**Variable Independiente**

**Variable Dependiente**

## **¿QUÉ SON LAS NTICS Y CUÁLES SON SUS INICIOS?**

Las tecnologías de la información y la comunicación (NTICS) -la unión de los computadores y las comunicaciones- desataron una explosión sin precedentes de formas de comunicarse al comienzo de los años '90. A partir de ahí, el Internet pasó de ser un instrumento especializado de la comunidad científica a ser una red de fácil uso que modificó las pautas de interacción social.

Por Tecnologías de la información o Tecnologías de la información y de la comunicación(NTICS) se entiende un término dilatado empleado para designar lo relativo a la informática conectada a Internet, y especialmente el aspecto social de éstos. Ya que Las nuevas tecnologías de la información y comunicación designan a la vez un conjunto de innovaciones tecnológicas pero también las herramientas que permiten una redefinición radical del funcionamiento de la sociedad; Un buen ejemplo de la influencia de los NTICS sobre la sociedad es el gobierno electrónico.

En resumen las nuevas tecnologías de la Información y Comunicación son aquellas herramientas computacionales e informáticas que procesan, almacenan, sintetizan, recuperan y presentan información representada de la más variada forma. Es un conjunto de herramientas, soportes y canales para el tratamiento y acceso a la información. Constituyen nuevos soportes y canales para dar forma, registrar, almacenar y difundir contenidos informacionales. Algunos ejemplos de estas tecnologías son la pizarra digital (ordenador personal + proyector multimedia), los blogs, el polcaste y, por supuesto, la web.

Para todo tipo de aplicaciones educativas, las NTICS son medios y no fines. Es decir, son herramientas y materiales de construcción que facilitan el aprendizaje, el desarrollo de habilidades y distintas formas de aprender, estilos y ritmos de los aprendices.

Si bien es cierto que la necesidad de comunicarse hace más notorio el carácter indispensable del conocimiento sobre las tecnologías de información y comunicación y la aplicación de éstas en distintos ámbitos de la vida humana, se hace necesario también reconocer las repercusiones que traerá consigo la utilización de estas nuevas tecnologías ya sean benéficas o perjudiciales.

A continuación se mostrarán algunas de las ventajas y desventajas que origina el empleo de las NTICS en el desarrollo de las actividades humanas.

### **Ventajas:**

Las ventajas reconocibles en torno a las relaciones existentes entre el incremento en la producción y difusión de nuevas tecnologías y las posibilidades que las empresas tienen de acceder a conocerlas y utilizarlas conocimiento de los factores endógenos y exógenos que inciden en la apropiación de las innovaciones tecnológicas por parte de las empresas trae a cuenta que los procesos de innovación tecnológica pueden ser entendidos como un proceso de innovación social que moviliza las capacidades de la organización, constituyéndose en una instancia de generación de conocimiento que remite a los saberes que se recrean en diferentes áreas de la empresa, en un proceso dinámico, continuo y acumulativo; que modifica y reelabora las competencias organizativas.

Otras ventajas que podemos mencionar son las siguientes:

- brindar grandes beneficios y adelantos en salud y educación;
- potenciar a las personas y actores sociales, ONG, etc., a través de redes de apoyo e intercambio y lista de discusión.
- apoyar a las PYME de las personas empresarias locales para presentar y vender sus productos a través de la Internet.
- permitir el aprendizaje interactivo y la educación a distancia.
- impartir nuevos conocimientos para la implacabilidad que requieren muchas competencias (integración, trabajo en equipo, motivación, disciplina, etc.).

- ofrecer nuevas formas de trabajo, como teletrabajo
- dar acceso al flujo de conocimientos e información para empoderar y mejorar las vidas de las personas.
- Facilidades
- Exactitud
- Menores riesgos
- Menores costos
- Desventajas:
- Los beneficios de esta revolución no están distribuidos de manera equitativa; junto con el crecimiento de la red Internet ha surgido un nuevo tipo de pobreza que separa los países en desarrollo de la información, dividiendo los educandos de los analfabetos, los ricos de los pobres, los jóvenes de los viejos, los habitantes urbanos de los rurales, diferenciando en todo momento a las mujeres de los varones. Según se afirma en el informe sobre el empleo en el mundo 2001 de la OIT "la vida en el trabajo en la economía de la información", aunque el rápido desarrollo de la tecnología de la información y la comunicación (TIC) constituye una "revolución en ciernes", las disparidades en su difusión y utilización implican un riesgo de ampliación de la ya ancha "brecha digital" existente entre "los ricos y los pobres" tecnológicos.

El internauta típico a escala mundial es hombre, de alrededor de 36 años de edad, con educación universitaria, ingresos elevados, que vive en una zona urbana y habla inglés. En este contexto, las mujeres latinoamericanas - y especialmente aquellas de ingresos bajos que viven en zonas rurales - tienen que enfrentar un doble -o un triple- desafío para estar incluidas y conectadas en el desarrollo de la aldea global de las NTICS.

Otras desventajas que se pueden observar en la utilización de las tecnologías de información y comunicación son:

Falta de privacidad

Aislamiento

Fraude

Merma los puestos de trabajo

¿Cuáles son las características de las NTICS?

Las tecnologías de información y comunicación tienen como características principales las siguientes:

- Son de carácter innovador y creativo, pues dan acceso a nuevas formas de comunicación.
- Tienen mayor influencia y beneficia en mayor proporción al área educativa ya que la hace más accesible y dinámica.
- Son considerados temas de debate público y político, pues su utilización implica un futuro prometedor.
- Se relacionan con mayor frecuencia con el uso de la Internet y la informática.
- Afectan a numerosos ámbitos de la ciencias humana como la sociología, la teoría de las organizaciones o la gestión.

En América Latina se destacan con su utilización en las universidades e instituciones países como: Argentina y México, en Europa: España y Francia.

Las principales nuevas tecnologías son:

- Internet
- Robótica
- Computadoras de propósito específico
- Dinero electrónico

Resulta un gran alivio económico a largo plazo aunque en el tiempo de adquisición resulte una fuerte inversión.

Constituyen medios de comunicación y adquisición de información de toda variedad, inclusive científica, a los cuales las personas pueden acceder por sus

propios medios, es decir potencian la educación a distancia en la cual es casi una necesidad del alumno tener poder llegar a toda la información posible generalmente solo, con una ayuda mínima del profesor. (IBID)

<http://www.monografias.com/trabajos37/tecnologias-comunicacion/tecnologias-comunicacion.shtml>

## **INTERNET**

Internet es una red de redes de millones de ordenadores en todo el mundo. Pero al contrario de lo que se piensa comúnmente, Internet no es sinónimo de World Wide Web. La Web es sólo una parte de Internet, es sólo uno de los muchos servicios que ofrece Internet.

Internet, la red de redes, suministra un foro de comunicación en el que participan millones de personas de todos los países del mundo, en mayor o menor medida. Internet aporta o soporta una serie de instrumentos para que la gente difunda y acceda a documentos y a la información (WWW, FTP, etc.), para que los individuos y los grupos se relacionen a través de una serie de medios de comunicación más o menos nuevos (correo electrónico, neas, listas de distribución, videoconferencia, chats...) o más o menos viejos (como una conversación telefónica, poner un fax, etc.) y también incluye dentro de sí a los denominados medios de comunicación de masas (radio, televisión, periódicos y revistas "on line", cine, la omnipresente publicidad, etc.). ¿Se trata de un nuevo medio de comunicación? ¿Pueden utilizarse las nociones habituales que se aplican a los medios de comunicación para definir y caracterizar la comunicación en Internet?

En realidad, Internet no es un medio de comunicación, sino muchos medios, una red que comprende distintos tipos y distintos sistemas de comunicación. La gente utiliza Internet para muy distintas finalidades. Muchas de ellas están relacionadas con diferentes y variadas categorías de comunicación, información e interacción.

Algunas son nuevas y otras muy antiguas, pero estas categorías no se excluyen mutuamente, ya que no sólo los usuarios pueden participar en Internet mediante una combinación de comunicación, información e interacción al mismo tiempo, sino que también los distintos medios se entremezclan en el mismo canal.

Javier Candeira no se cansa de repetir que Internet no es un medio, sino un canal. En su artículo La Web como memoria organizada dice: "Aprovecho cada ocasión que tengo para puntualizarlo: Internet no es un medio, es un canal. Los distintos medios que utilizan Internet como canal son la Web, el correo electrónico, el telnet e incluso la televisión y la radio".

En puridad, se podría afirmar que Internet no es ni un canal ni un medio, sino un hipersistema, un microsistema o un meta sistema de comunicación en el que los distintos sistemas se mezclan y entretajan. La digitalización no sólo reduce todas las morfologías de la información a una sola: texto, imagen y sonido se convierten en bits de información, sino que también los distintos medios de comunicación con sus distintos sistemas, se integran en uno al converger en la red.

Javier Echeverría en Los señores del aire: Teléforos y el Tercer Entorno afirma: "Suele decirse que Internet es un medio de comunicación, y ello es muy cierto. Sin embargo, Internet posee otras cualidades 'mediáticas', y por ello diremos que esa red es: un medio de comunicación, un medio de información, un medio de memorización, un medio de producción, un medio de comercio, un medio para el ocio y el entretenimiento y un medio de interacción".

Efectivamente, Internet es todas esas cosas y muchas cosas más. Se puede analizar Internet desde muchas perspectivas distintas y desde puntos de vista muy variados.

Desde el punto de vista documental, Internet es un archivo y una biblioteca universal en la que el usuario, desde su pantalla de ordenador, tiene acceso inmediato a la mayor fuente de información que jamás ha existido.

Desde el punto de la vista de la comunicación, Internet se caracteriza por ser una red horizontal y en gran medida descentralizada. La comunicación se puede realizar de forma multidireccional (participar en un grupo de debate), unidireccional (leer, bajar archivos de la red, buscar información, etc.), bidireccional (conversar o jugar con alguien, intercambiar archivos o correos electrónicos) e interactiva. Y se establece tanto en ámbitos públicos como en privados. Al contrario que los medios de masas (radio, televisión, prensa, etc.) que no permiten interacciones transversales entre los participantes, los medios en Internet sí permiten este tipo de interacciones. El teléfono usa una comunicación uno a uno, en el ciberespacio un individuo es, potencialmente, emisor y receptor a la vez y todos pueden comunicar con todos en un espacio sincrónico o asíncrono, simultáneo o no concurrente.

Desde el punto de vista técnico, Internet es un gran conjunto de redes de ordenadores interconectadas cuyo funcionamiento interno no se ajusta a ningún tipo de ordenador concreto, a ningún tipo de red específica, a ninguna tecnología de conexión en exclusiva y a ningún medio físico privilegiado, se trata de una red flexible y dinámica, adaptable a diferentes contextos tecnológicos. Internet es, en sí misma, un universo tecnológico, una hipertecnología o una miríada de tecnologías que confluyen: telefonía, electrónica, microprocesadores, cables, satélites, fibra óptica, hipertexto, multimedia, televisión, escritura, dibujo, fotografía, vídeo, imágenes en 3D, realidad virtual, etc.

Desde el punto de vista sociológico, Internet es un fenómeno económico, social y cultural, que tiene repercusiones sobre las personas y las sociedades y sobre la forma en que éstas se comunican, interrelacionan, producen, comercian, trabajan, se divierten y se organizan. Se puede afirmar, incluso, que repercute sobre la propia identidad de las personas y de los grupos sociales, puesto que modifica la forma en que se ven a sí mismos, operan y se representan los individuos y las sociedades.

Metafóricamente se suele hablar de Internet como de un nuevo territorio, un nuevo espacio al que se denomina ciberespacio. Javier Echeverría habla de tercer entorno, un espacio más amplio que incluiría al ciberespacio y a los grandes medios de telecomunicación e interacción electrónica y que estaría conformado por las 7 tecnologías siguientes: teléfono, radio, televisión, dinero electrónico, redes telemáticas, hipertexto y multimedia. Igualmente otros autores como Negro ponte hablan de "mundo digital", Rodríguez de las Heras de "espacio digital", Postran de "Technopoly", DYZ de "mundo artificial", Rheingold de "comunidad virtual", Castell de la "sociedad red", etc. Pero sin duda, el término más consolidado y utilizado es el de ciberespacio.

La voz ciberespacio fue acuñada por William Gibson y definida en su novela de ciencia ficción publicada en 1984 Neuroma te (Neuromancer). "Todo el mundo que conozco y que trabaja asiduamente con ordenadores, cree firmemente que tras la pantalla existe un mundo invisible a nuestros ojos". Según Gibson, se trata de una "alucinación consensual" que consiste en desarrollar la creencia de que hay una especie de espacio/sitio/lugar real tras la pantalla del ordenador, un lugar que no podemos ver pero que sabemos que está allí. El ciberespacio sería, pues, el espacio virtual o no físico que existe al otro lado del ordenador cuando nos conectamos a la red y que experimentamos como real, aunque se trate de un espacio figurado. Se trata de un concepto mental que proyectamos y que es compartido por muchos usuarios de Internet. La metáfora se alimenta con la idea de que el ciberespacio es un océano por donde se navega, un lugar misterioso, desconocido y proceloso, que nos llama para ser explorado. Un lugar a medio camino entre fluido y tierra, entre el espacio real y virtual, entre el tiempo actual y la velocidad acelerada de las redes.

Benedict define el ciberespacio como "una red global soportada por ordenador, a la que se accede por ordenador y generada por ordenador, multidimensional, artificial o realidad 'virtual'; Barnes lo describe como "un territorio de información

digital" y "un reino hiperdimensional en el que entramos por la tecnología", y, aunque otros autores relacionan el término ciberespacio con los mundos virtuales de experiencia sensorial, la idea del ciberespacio como espacio social de interacción y comunicación ha ido cobrando forma tanto entre los estudiosos de los medios de comunicación como entre los sociólogos, psicólogos, educadores y la mayor parte de los internautas.

Para Manuel Castell, "Todos los mensajes de cualquier clase, se privatizan en el ciberespacio, pues éste se ha hecho ya tan abarcante, diversificado y maleable que absorbe en un mismo texto multimedia la totalidad de la experiencia humana, pasada, presente y futura".

El ciberespacio es pues, un sistema de sistemas; un medio de conexión de cosas y personas; una convergencia de productos humanos (materiales y espirituales); un vasto territorio donde concurren máquinas, individuos y grupos sociales, y donde se almacenan, intercambian y confluyen ideas y obras, datos, libros, periódicos, cartas, imágenes, programas de ordenador, vídeos y música de cualquier tiempo y lugar; un foro de encuentro para el intercambio personal, íntimo, público, masivo y comercial; y un nuevo espacio para la interacción humana (finanzas, comercio, educación, investigación, asociaciones y ONG, empresas, comunidades globales o locales, etc.) . En suma, un mundo paralelo al mundo real, una imagen especular al otro lado de las pantallas o una nueva dimensión de éste que se constituye como el reino de la comunicación, la información, el entretenimiento y el ocio, el comercio, el arte, la cultura, la educación, la investigación, la cooperación, la competencia, etc.

Sin embargo, Internet es un nuevo espacio social que no sustituye a éste, sino que se superpone a los que ya existían. Internet no configura una nueva sociedad, sino que forma parte de ella, aunque se produzca y reproduzca al otro lado de las redes. Esos dos espacios, el de fuera y el de dentro de las redes, están indisolublemente entrelazados y se transforman mutuamente. Los interactuadores somos las mismas

personas y los mismos agentes sociales a uno y otro lado de las pantallas, de las redes y las parafernalias tecnológicas. El nacimiento de la galaxia Internet ha dado origen a numerosos estudios y publicaciones sobre las repercusiones de este nuevo espacio social de interacción y sus implicaciones sobre el arte, la cultura, la ciencia, la ecología, la economía, los medios de información y comunicación, el mundo laboral, la empresa, la política y todas y cada una de las actividades humanas. No vamos a analizar aquí dichos aspectos y nos remitiremos a la bibliografía, pero sí decir que cualquier análisis para ser mínimamente riguroso y afrontar el tema con profundidad, debería huir tanto de la estulticia utópica tecnófila, como de la tecno fobia paranoica.

¿Qué es pues lo que ofrece Internet para que haya supuesto un revulsivo de tal magnitud? Nos limitaremos a analizar los servicios concretos que ofrece la red y que son los que mueven a la gente a usar Internet. En general, se puede hablar de 3 funciones principales:

**Comunicación:** la gente usa Internet para comunicarse en un escenario de uno a uno, de uno a varios o de varios a varios. La comunicación puede usarse para actividades didácticas y de investigación, para la comunicación íntima e interpersonal, o para la comunicación y el debate en grupo. Ejemplos de comunicación de este tipo son el correo electrónico, las neas, las listas de distribución, etc.

**Interacción:** La gente puede usar Internet para aprender en un entorno de colaboración, para investigar de forma cooperativa, para intercambiar archivos, para jugar (se pueden jugar en línea partidas de Don, Queque, ajedrez, apostar en un casino, etc. y también existen sociedades de jugadores y torneos en línea a escala mundial), para participar en asociaciones o grupos sociales, para comprar, hacer negocios o invertir en bolsa, para ligar o practicar sexo virtual, o simplemente para contactar y charlar dentro de grupos de afinidad. Hasta se puede convocar y asistir a una manifestación virtual. Los espacios de interacción se usan

a menudo para actividades sociales y para la interacción grupal. Ejemplos de espacios de interacción son los MU\*s (Mudas y Modos), los chats, las redes P2P, etc.

**Información:** Internet se puede usar para difundir, buscar y recuperar información. La distribución de información de todo tipo de temas y materias cubre un amplio rango de actividades y conocimientos humanos. Ejemplos de servicios de información dentro de Internet son la WorldWide Web, RSS, los blogs, FTP, y los ya casi abandonados sistemas Gopher y telnet.

Todos estos servicios tienen un espacio distinto en la red, un espacio que unas veces se solapa con otros espacios y que otras veces permanece completamente separado. El ciberespacio es, pues, un conjunto de espacios en los cuales se desarrollan diferentes actividades y diferentes servicios. Internet abarca una ingente y diversa cantidad de actividad, por lo cual es muy difícil estudiar y analizar la red ya que comprende un enorme número de sistemas de comunicación, clases, medios, contenidos, relaciones, objetos y procesos muy distintos.

Como afirma John Desembre en Unis of Análisisforo Internet Comunicación refiriéndose a los distintos espacios de Internet como el correo electrónico, los MU\*s, la Web, chats, etc.:

"Esta definición de un espacio corresponde a las descripciones informales de otros medios de comunicación. Familiarmente, nosotros podríamos decir que la televisión es un medio, y dar a entender que la televisión no es solamente una colección de televisores (clientes), ni todas las estaciones de difusión de televisión (los servidores). En cambio, nuestro concepto de televisión como un medio abarca todos los televisores, todos los sistemas de difusión (el cable y el satélite), y toda la programación y la producción en combinación con la observación de los espectadores de ese contenido por los televisores (clientes). Asimismo sobre

Internet, un espacio no es solamente un tipo de cliente (por ejemplo, Musaica como un ejemplo de cliente Web), ni la colección de todos los servidores de un tipo, sino el conjunto entero de clientes y servidores con el contenido sobre aquellos servidores potencialmente observables por aquellos clientes".

Podemos diferenciar entre las clases de medios de comunicación en Internet y los espacios de los medios de comunicación en Internet. Un espacio de Internet incluye a todos los servidores, clientes correspondientes, y el contenido disponible sobre estos servidores que pueden ser entregados a los usuarios. Por el contrario, una clase de medios de comunicación podría incluir los subconjuntos de uno o más espacios de medios de comunicación, o hasta varios espacios de medios de comunicación. Por ejemplo, una clase de medios de comunicación definida por todo el contenido accesible por un cliente de Web incluye no sólo el espacio de Web, sino también los espacios definidos por FTP o Use net.

Para analizar Internet debemos no sólo estudiar sus servicios, sino también hacer un repaso por su historia y la cronología de los principales hitos de su desarrollo, así como analizar los aspectos tecnológicos (protocolos, direcciones IP, URL, nombres de dominio, etc.) que hacen posible el funcionamiento de la red de redes, junto con los organismos que se encargan de normalizar los aspectos técnicos y los estándares para que Internet sea hoy una realidad accesible a todos. (IBID)

<http://www.hipertexto.info/documentos/internet.htm>

## **MULTIMEDIA Y SUS ELEMENTOS**

Una pequeña introducción a multimedia dentro del mundo de computación y los elementos que conforman su estructura.

El término Multimedia en el mundo de la computaciónes la forma de presentar información que emplea una combinación de texto, sonido, imágenes, vídeo y animación.

Entre las aplicaciones informáticas multimedia más comunes podemos mencionar juegos, programas de aprendizaje y material de referencia.

La mayoría de las aplicaciones multimedia incluyen asociaciones predefinidas conocidas como hipervínculos o enlaces, que permiten a los usuarios moverse por la información de modo intuitivo.

La conectividad que proporcionan los hipertextos hace que los programas multimedia no sean presentaciones estáticas con imágenes y sonido, sino una experiencia interactiva infinitamente variada e informativa.

Las aplicaciones multimedia son programas informáticos, que suelen estar almacenados en CD-Roms y claro que pueden residir en páginas de Web.

La vinculación de información mediante enlaces se consigue mediante programas o lenguajes informáticos especiales como el HTML empleado para crear páginas web.

Las aplicaciones multimedia suelen necesitar más memoria y capacidad de proceso que la misma información representada exclusivamente en forma de texto.

Una computadora multimedia también necesita memoria adicional para ayudar al CPU a efectuar cálculos y permitir la representación de complejos gráficos en la pantalla. Además necesita un disco duro de alta capacidad para almacenar y recuperar información multimedia, así como una unidad de CD-ROM o acceso al web para obtener los archivos necesarios.

### **Elementos visuales**

Cuanto mayor y más nítida sea una imagen, más difícil es de presentar y manipular en la pantalla de una computadora.

Las fotografías, dibujos, gráficos y otras imágenes estáticas deben pasarse a un formato que el ordenador pueda manipular y presentar. Entre esos formatos están los gráficos de mapas de bits y los gráficos vectoriales.

Los gráficos de mapas de bits almacenan, manipulan y representan las imágenes como filas y columnas de pequeños puntos. En un gráfico de mapa de bits, cada punto tiene un lugar preciso definido por su fila y su columna. Algunos de los formatos de gráficos de mapas de bits más comunes son el Tropical Interchange Formato (GIF), el Tagged Image File Format (TIFF) y el Windows Bitmap (BMP).

Los gráficos vectoriales emplean fórmulas matemáticas para recrear la imagen original.

En un gráfico vectorial, los puntos no están definidos por una dirección de fila y columna, sino por la relación espacial que tienen entre sí.

Como los puntos que los componen no están restringidos a una fila y columna particulares, los gráficos vectoriales pueden reproducir las imágenes más fácilmente, y suelen proporcionar una imagen mejor en la mayoría de los monitores.

Entre los formatos de gráficos vectoriales figuran el Encapsulated PostScript (EPS), el Windows Metafile (WMF), el Hewlett-Packard Graphics Language (HPGL), archivos de Macromedia

<Arfe="http://www.maestrosdelweb.com/editorial/multime/flash" >Flash (SWF) y el formato Macintosh para archivos gráficos, conocido como PICT.

Para obtener, formatear y editar elementos de vídeo hacen falta componentes y programas informáticos especiales. Los archivos de vídeo pueden llegar a ser muy grandes, por lo que suelen reducirse de tamaño mediante la compresión.

Algunos formatos habituales de compresión de vídeo son el Audio Video Antelleve(AVI), el QuickTime y el Motilón Picture ExpertosGrupo (MPEG o MPEG2).

Estos formatos pueden comprimir los archivos de vídeo hasta un 95%, introduciendodiversos grados de borrosidad en las imágenes. Las aplicaciones multimedia tambiénpueden incluir animaciones. Éstas son especialmente útiles para simular situacionesde la vida real, como por ejemplo el movimiento de un vehículo automotor.

La animación también puede realzar elementos gráficos y de vídeo añadiendo efectosespeciales como la metamorfosis, el paso gradual de una imagen a otra sin soluciónde continuidad.

### **Elementos de audio**

El sonido, igual que los elementos visuales, tiene que ser grabado y formateado de forma que la computadora pueda manipularlo y usarlo en presentaciones.

Algunos tipos frecuentes de formato audio son los archivos de forma de onda (WAV), el Musical Instrumento Digital Interface (MIDI), El MPGLayen 3 (<A he="http://www.maestrosdelweb.com/editorial/multime/mp3">MP3)y el transform-domainWeightedAntelleve Vector Quantization(<A he="http://www.maestrosdelweb.com/editorial/multime/vqf" >VQF).

Los archivos WAV, MP3 y VQF almacenan los sonidos propiamente dichos, como hacen los CD musicales o las cintas de audio. Los archivos WAV pueden ser muy grandesy requerir compresión, lo que se ha logrado con el MP3 y el VQF.

Los archivos MIDI no almacenan sonidos, sino instrucciones que permiten a unos dispositivos llamados sintetizadores reproducir los sonidos o la música.

### **Elementos de organización**

Los elementos multimedia incluidos en una presentación necesitan un entorno que empuje al usuario a aprender e interactuar con la información.

Entre los elementos interactivos están los menús desplegables, pequeñas ventanas que aparecen en la pantalla del ordenador con una lista de instrucciones o elementos multimedia para que el usuario elija.

Las barras de desplazamiento, que suelen estar situadas en un lado de la pantalla, permiten al usuario moverse a lo largo de un documento o imagen extenso.

Los hipervínculos o enlaces conectan creativamente los diferentes elementos de una presentación multimedia a través de texto coloreado o subrayado o por medio de iconos, que el usuario señala con el cursor y activa pulsándolos con el mouse. (IBID)

<http://www.maestrosdelweb.com/editorial/multime/>

### **HIPERMEDIA**

Hipermedia es el término con que se designa al conjunto de métodos o procedimientos para escribir, diseñar o componer contenidos que tengan texto, video, audio, mapas u otros medios, y que además tenga la posibilidad de interactuar con los usuarios. El enfoque hipermedia de estos contenidos, los califica especialmente como medios de comunicación e interacción humanas, en

este sentido, un espacio hipermedia es un ámbito, sin dimensiones físicas, que alberga, potencia y estructura las actividades de las personas.

El término es originario de Ted Nelson en el año de 1970 en su libro: *No more TacherosDarte Looks*. En 1987 Nelson dijo:

El texto, los gráficos, el audio y el video pueden ahora estar en vivo de forma unificada, respondiendo a las nuevas necesidades que tenemos con las diferentes formas de expresar la información.

Designándole a una media que pueda bifurcar o ejecutar presentaciones. Además, que respondan a las acciones de los usuarios, a los sistemas de pre ordenamiento de palabras y gráficos y puedan ser explorado libremente. Dicho sistemas puede ser editado, graficado, o diseñado por artistas, diseñadores o editores. Para Nelson, la idea de que dicha media maneje múltiples espacios simultánea o secuencialmente, hace que las medias se llame híper-media. En donde el prefijohíper, es un término prestado por las matemáticas para describir los espacios multidimensionales.

En contextos específicos, se identifica hipermedia como extensión del término Hipertexto, en el cual audio, video, texto e hipervínculos generalmente no secuenciales, se entrelazan para formar un continuo de información, que puede considerarse como virtualmente infinito desde la perspectiva de Internet.

El hipertexto se considera un subconjunto de los hipermedias y ésta a su vez de los multimedios según palabras de Moorhead en 1991. Para Dale en 1997 el hipertexto se utiliza para indicar las conexiones entre los documentos de naturaleza textual e hipermedias se refiere a la conexión entre los documentos de diversos tipos de medios.

Entre los tipos de hipermedia se encuentra:

Hipertexto.

Hiperfilmes.

Hipercromía. (IBID)

<http://es.wikipedia.org/wiki/Hipermedia>

## **HIPERTEXTO**

Hipertexto en informática, es el nombre que recibe el texto que en la pantalla de un dispositivo electrónico conduce a otro texto relacionado. La forma más habitual de hipertexto en informática es la de hipervínculos o referencias cruzadas automáticas que van a otros documentos (lexías). Si el usuario selecciona un hipervínculo el programa muestra el documento enlazado. Otra forma de hipertexto es el strechtext que consiste en dos indicadores o aceleradores y una pantalla. El primer indicador permite que lo escrito pueda moverse de arriba hacia abajo en la pantalla. Es importante mencionar que el hipertexto no está limitado a datos textuales, podemos encontrar dibujos del elemento especificado, sonido o vídeo referido al tema. El programa que se usa para leer los documentos de hipertexto se llama "navegador", el "browser", "visualizador" o "cliente" y cuando seguimos un enlace decimos que estamos navegando por la Web.

El hipertexto es una de las formas de la hipermedia, enfocada en diseñar, escribir y redactar texto en una media.

Hipertexto como documento con hiperenlaces

A partir de la definición original de Ted Nelson han surgido otras propuestas como el documento digital, que se puede leer de forma no secuencial o multisequencial. Un hipertexto consta de los siguientes elementos: nodos o secciones, enlaces o hipervínculos y anclajes. Los nodos son las partes del hipertexto que contienen información accesible para el usuario. Los enlaces son las uniones o vínculos que se establecen entre nodos y facilitan la lectura secuencial o no secuencial por los nodos del documento. Los anclajes son los puntos de activación de los enlaces.

Los hipertextos pueden contener otros elementos, pero los tres anteriores son los componentes mínimos. Otros elementos adicionales pueden ser los sumarios e índices. En este sentido, se habla, por ejemplo, de hipertextos de grado 1, 2, etc., según tengan la cantidad de elementos necesarios. Actualmente la mejor expresión de los hipertextos son las páginas web navegables.

### **Orígenes**

La palabra hipervínculo aparece por primera vez en el artículo *No more teachers'darte looks*, de Ted Nelson en referencia a un sistema en el que los archivos de texto, voz, imágenes y vídeo pudieran interactuar con los lectores. Anteriormente, en 1945, Van nevar Bush propuso un sistema con características parecidas al que llamó memes en su artículo *As WebMuyTino*, publicado en el número de julio de 1945 de la revista *TeAtlantisMonthly*.

En éste hablaba de la necesidad de máquinas de procesamiento de información mecánicamente conectadas para ayudar a los científicos a procesar la gran cantidad de información que se había generado por los esfuerzos en la investigación y el desarrollo durante la Segunda Guerra Mundial, cuyo fin ya se veía cercano. En el año 1960, Douglas Engelberto y Ted Nelson, desarrollaron un programa de computador que pudiera implementar las nociones de hipermedia e hipertexto. En los años ochenta, después de que comenzaran a crearse los primeros computadores personales, IBM lanzó el sistema de guía y enlace para sus computadoras, mientras que Macintosh desarrolló la Intermedia y la HyperCard. (IBID)

<http://es.wikipedia.org/wiki/Hipertexto>

### **OLIMPIADAS**

## **Historia del fútbol en las Olimpiadas**

El fútbol se ha convertido en una de las disciplinas deportivas que no pueden faltar en este magno evento olímpico. Pero no siempre ha sido así, en los Juegos de la antigüedad no existía el fútbol. El deporte que ahora convoca a millones de espectadores nació recién en el siglo XIX y en los anales de la historia de las Olimpiadas aparece como deporte de exhibición hasta París 1900 y San Luis 1904, en donde participaron escuadras no profesionales.

Londres, la cuna del fútbol, fue el escenario ideal para que este deporte fuera oficial durante las Olimpiadas de 1908, siendo el primer partido de la historia del fútbol olímpico el disputado entre Dinamarca y una combinación francesa, el cual ganaron los daneses por 9-0. Al final, el torneo lo ganó el cuadro representativo del Reino Unido que venció a la propia Dinamarca por 2-0, llevándose así la primera medalla dorada en esta modalidad.

### **¿Amateur o profesional?**

Siguiendo el espíritu olímpico de aquella época, todos los participantes eran equipos no profesionales, pero había notables diferencias entre uno y otro equipo que a veces arroja resultados muy escandalosos en cuanto al marcador. Incluso hubo dos jugadores, en 1908 y 1912, que marcaron 10 goles en un solo partido. Entre 1948 y 1980, los países del bloque soviético y Europa Oriental sacaron el máximo provecho a la condición del amateurismo. Los deportistas no necesitaban “hacerse” profesionales, ya que el Estado les daba grandes beneficios y todas las facilidades para entrenarse y competir a cualquier nivel. Los equipos que llegaban a la justa olímpica traían consigo una amplia experiencia, por eso arrasaban con sus más jóvenes e inexpertos rivales. De hecho, 23 de las 27 medallas doradas que se entregaron en esa época fueron a parar a equipos de estas regiones.

En los Juegos disputados en Los Ángeles en 1984, el Comité Olímpico Internacional (COI), buscando re-avivar el interés por este deporte y para hacerlo más competitivo, aceptó que equipos de continentes en vías de desarrollo, como África, Asia y Centroamérica, entre otros, pudieran ser representados por escuadras profesionales; mientras que las federaciones miembros de la UEFA y la CONMEBOL tenían que enviar a equipos juveniles cuyos elementos no hubieran disputado copas mundiales.

La idea cumplió su cometido, y desde Barcelona 1992 se implantó la regla de que todos los países participantes fueran representado por equipos compuestos por jugadores menores de 23 años, reforzados por tres mayores de esa edad.

Aunque se buscó un total equilibrio entre los competidores, hubo un detalle que hizo que los equipos de África descollaran por encima de los demás, si no en el aspecto futbolístico, sí en la potencia física. Es bien sabido que algunos países africanos no llevan o llevaban un registro oficial de la edad de sus ciudadanos, lo que provocaba que muchas fechas de nacimiento no fueran fidedignas. No era raro ver en la cancha a jugadores “juveniles” con un físico y estatura superior al promedio.

### **Nuestras selecciones en las Olimpiadas**

La presencia latinoamericana en el fútbol olímpico no ha sido muy próspera que digamos. Solamente se han ganado cuatro medallas doradas en la historia de los juegos, Uruguay en dos ocasiones (1924 y 1928), España (1992) y Argentina (2004) una por bando. Destaca el hecho de que el máximo ganador en copas del mundo, Brasil, no haya obtenido ningún oro en Juegos Olímpicos; se ha quedado corto y sólo ha cosechado 3 medallas de plata y 1 de bronce.

El primer participante latinoamericano en Juegos Olímpicos fue Uruguay, y lo hizo de forma sobresaliente ganando dos oros en fila, París 1924 y Ámsterdam 1928. Lo extraño del caso, para este país del cono sur, es que no ha vuelto a participar en unas Olimpiadas desde entonces. En México 1968, la selección azteca obtuvo un honroso cuarto lugar, pero de allí en fuera, nada; es más, los mexicanos se quedaron con las ganas de ir a Beijing tras la desastrosa eliminatoria que le costó el puesto al técnico Hugo Sánchez. El que estará representando al área de Cóncava será la selección de Honduras, la cual ya tuvo una participación en Sídney 2000. (IBID)

<http://articulos.elclasificado.com/deportimundo/1500-historia-del-futbol-en-las-olimpiadas.html>

### **Fútbol en los Juegos Olímpicos**

El fútbol es uno de los deportes disputados en los Juegos Olímpicos de verano. La edición masculina ha sido disputada desde 1900, a excepción de la edición de 1932, mientras que el torneo de fútbol femenino apareció en los encuentros olímpicos desde Atlanta 1996. El torneo es organizado por el Comité Olímpico Internacional.

### **Historia**

El fútbol, recién inventado en el siglo XIX no fue disputado en los juegos olímpicos antiguos. Se cree que el primer evento de fútbol olímpico habría sido durante los Juegos Olímpicos de Atenas 1896, aunque habría sido de carácter no oficial. En la actualidad, no existen documentos que detallen dicha competición, pero existen algunos informes sobre dos partidos, en que un combinado de Atenas habría sido derrotado por otro representando a Esmirna, parte del Imperio otomano, y estos últimos habrían sido derrotados por 15:0 por un combinado de origen danés.

Eventos de demostración fueron disputados en los tres eventos siguientes: París 1900, Saint Louis 1904 y los Juegos Intercalados de 1906. Sin embargo, estos eventos fueron disputados por equipos no profesionales, provenientes de clubes deportivos o recintos educacionales, por lo que no son considerados oficiales ni por la FIFA ni por el Comité Olímpico Internacional. En el evento de 1906, equipos provenientes de Alemania, Austria, los Países Bajos y el Reino Unido se retiraron y dejaron como únicos competidores a Dinamarca y los representantes de Esmirna, Atenas y el club de música de Salónica. Los daneses serían campeones al ganar la final contra Atenas por 9:0.

En los Juegos Olímpicos de Londres 1908 fue finalmente realizado el primer torneo oficial, y además considerado como el primer torneo de carácter internacional disputado, a cargo de la Softball Asociación (no afiliada a la recién fundada FIFA aún, pero con quien mantenía una estrecha relación). El primer partido oficial de la historia del fútbol olímpico como deporte de competición enfrentó a Dinamarca con un combinado francés en el que los nórdicos vencieron por 9 a 0, jugado en el estadio Separad Bush el 19 de octubre de 1908 ante unos 2000 espectadores. El primer torneo sería ganado por el Reino Unido, seguido por Dinamarca (2:0 en la final) y Países Bajos (también venció 2:0 a Suecia en el partido por la medalla de bronce). En dicho evento participarían seis equipos, los que aumentarían a 11 durante los Juegos Olímpicos de Estocolmo 1912. Las grandes diferencias entre los equipos participantes se demostraba en los abultados marcadores de cada partido; dos jugadores, SochesNielsen en 1908 y Gottfried Fucha en 1912, marcaron diez goles en un sólo partido, récord que se mantendría vigente por más de noventa años. Siguiendo el espíritu olímpico de esa época, todos los participantes eran amateurs. El Reino Unido, que no podía enviar a su poderoso equipo profesional, organizó una "selección amateur de Inglaterra" con la que ganó estos dos primeros torneos, derrotando a los daneses.

En los Juegos de 1920 se produce el debut de la primera selección no europea en unos Juegos, hablamos de la Selección de fútbol de Egipto. El éxito del torneo olímpico durante los años 1920 sería aliciente para el lanzamiento de la Copa

Mundial de Fútbol en 1930, disputada en Uruguay, cuyo equipo había sido el primero no europeo en ganar la medalla dorada de forma oficial (en París 1924 y Ámsterdam 1928). La FIFA intentó no eclipsar su nuevo evento por lo que, sumado al hecho de ser poco popular en los Estados Unidos, el fútbol no participó en los Juegos Olímpicos de Los Ángeles 1932. Sin embargo regresaría en los Juegos Olímpicos de Berlín 1936.

El fútbol profesional comenzó a expandirse a lo largo del mundo, por lo que las diferencias entre el torneo olímpico y la Copa Mundial comenzaron a acrecentarse. Los principales beneficiados eran los países del bloque soviético de Europa Oriental, donde los atletas eran representantes del Estado que entregaba importantes beneficios a sus atletas permitiendo esto mantener su condición de "amateur". Entre Londres 1948 y Moscú 1980, 23 de las 27 medallas olímpicas fueron entregadas a países socialistas, siendo Dinamarca, Suecia y Japón las únicas excepciones. Dentro de estos equipos campeones, se encuentra por ejemplo el denominado Equipo de oro de Hungría, considerado uno de los mejores equipos de la historia.

Para los Ángeles 1984, el Comité Olímpico Internacional sintió necesario un cambio al torneo para reanudar el interés en él, por lo que aceptó el ingreso de equipos participantes. La FIFA no aceptó la idea de tener un rival para su Copa Mundial, pero finalmente se llegó al acuerdo de que los equipos de continentes menos desarrollados futbolísticamente (África, Asia, Oceanía, América del Norte y América Central) pudieran tener equipos profesionales, mientras que los miembros de la UEFA y Conmuevo se presentarían con escuadras juveniles cuyos jugadores no hayan disputado la Copa Mundial. Equipos muy jóvenes como Francia en 1984 ganaron el título olímpico.

La idea de los equipos juveniles entusiasmaron tanto a la FIFA como al COI, por lo que desde Juegos Olímpicos de Barcelona 1992, los jugadores de todos los planteles debían tener menos de 23 años de edad a excepción de tres jugadores por

escuadra que podían ser de mayor edad. El torneo olímpico se convirtió así en una "Copa Mundial Sub-23" complementaria a las Sub-20 y Sub-17, ya implementadas por la FIFA. El nuevo formato de la Copa Mundial permitió a todos los países competir de igual forma, favoreciendo a equipos de África y Asia: Nigeria y Camerún ganaron las medallas doradas en Atlanta 1996 y Sídney 2000. Por otro lado, en los juegos de Atlanta 1996 fue estrenada la versión de este evento para mujeres, siguiendo el creciente interés por el fútbol femenino, con la diferencia de que este torneo no tiene restricciones como el caso masculino.

Debido al tipo de formato existente, las escuadras más fuertes del mundo no han tenido resultados tan importantes. Los Países Bajos obtuvieron la medalla de bronce en los primeros tres torneos, pero después no ha llegado a las finales desde la 1952. Uruguay ganó los torneos de 1924 y 1928, que han sido los únicos en los que ha participado, mientras que Argentina ganó plata en dos oportunidades, antes de ganar la medalla dorada en Atenas 2004 y Pekín 2008. Brasil, pentacampeón mundial, nunca ha ganado la medalla de oro e incluso no ha clasificado en varias oportunidades, mientras Hungría (el equipo que ha ganado más medallas de oro) no ha participado en el torneo desde 1996.

La participación del Reino Unido comenzó a decaer desde 1912 y finalmente desapareció en los 1960. Luego de que la Softball Asociación eliminara en 1974 la diferencia entre fútbol "amateur" y "profesional", Gran Bretaña dejó de participar incluso en el proceso clasificatorio. En la actualidad, el principal impedimento es la existencia de cuatro equipos representantes del Reino Unido (Escocia, Gales, Inglaterra e Irlanda del Norte). Para los Juegos Olímpicos de Londres 2012 se ha propuesto la idea de la creación de una selección de fútbol del Reino Unido con jugadores de las cuatro selecciones, pero las federaciones escocesa y galesa han rechazado la idea.(IBID)<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>[http://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%BAtbol\\_en\\_los\\_Juegos\\_Ol%C3%ADmpicos](http://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%BAtbol_en_los_Juegos_Ol%C3%ADmpicos)

## **CAMPEONATO NACIONAL DE FUTBOL**

### **Serie A de Ecuador**

La Primera Categoría Serie A (Campeonato Ecuatoriano de Fútbol, desde 2003 con el nombre comercial de Copa Pílnse hasta 2008, cuando pasó a denominarse Copa Acredite y desde 2009 con el nombre comercial de Copa Acredite por razones comerciales), es el torneo oficial de fútbol de primera división realizado en Ecuador desde 1957. El campeonato es organizado anualmente por la Federación Ecuatoriana de Fútbol y formado de 2 etapas y dos partidos (ida y vuelta), de donde se define al campeón. El Campeonato ecuatoriano de fútbol es uno de los mejores del mundo de acuerdo con la IFFHS. Actualmente ocupa el onceavo puesto en el ranking oficial de dicha institución.

El sistema futbolístico ecuatoriano está estructurado en las siguientes divisiones:

Serie A (12 equipos)

Serie B (12 equipos)

Segunda Categoría (22 grupos provinciales)

Campeonato de Reservas (12 equipos)

El auspiciante oficial del campeonato por los próximos cinco años (hasta 2014) es el Acredite Desarrollo Microempresaria, con el respaldo de Banco Pichincha

### **Sistema de Campeonato**

El 15 de diciembre de 2009, dirigentes de los clubes que participarán en los campeonatos de Serie A y Serie B en conjunto con los directivos de la Federación Ecuatoriana de Fútbol analizaron las diferentes propuestas de sistema de campeonato en una sesión ampliada del Comité Ejecutivo.[1] El 16 de diciembre

se estableció el sistema de campeonato aprobado por los dirigentes de las varias instituciones.

El Campeonato Ecuatoriano de Fútbol de 2010, según lo establecido, será jugado por 12 equipos que se disputarán el título en tres etapas.[2] En total se jugarán 46 fechas que iniciarán el 7 de febrero y concluirán el 12 de diciembre.

La Primera Etapa se jugará en la modalidad de todos contra todos, con 22 fechas, que se iniciará el 7 de febrero hasta el 4 de julio. El ganador de esta etapa clasificará a la final del torneo 2010, a la Copa Sudamericana 2010 como Ecuador 1 y a la Copa Libertadores 2011.

El segundo de la primera etapa clasificará a la Copa Sudamericana 2010 como Ecuador 2; el tercero de la primera etapa clasificará a la Copa Sudamericana 2010 como Ecuador 3.

La Segunda Etapa se jugará en la modalidad de todos contra todos, con 22 fechas, del 18 de julio al 28 de noviembre. El ganador de esta etapa clasificará a la final del torneo 2010, a la Copa Sudamericana 2011, como Ecuador 1, y a la Copa Libertadores 2011.

La Tercera Etapa del torneo se jugará para definir los cuatro primeros lugares del torneo nacional. Se enfrentarán los ganadores de la primera y segunda etapa por la disputa del campeonato y subcampeonato 2010.

Los dos clubes que en sumatoria de puntos de las dos etapas iniciales, accedan al tercer y cuarto lugar, se enfrentarán por el tercer cupo a la Copa Libertadores de América del 2011.

Los otros dos cupos para la Copa Sudamericana del 2011 se disputarán en la primera etapa del Campeonato Nacional del 2011

## Equipos Participantes

Artículo principal: Anexo:Equipos participantes de la Serie A de Ecuador

Los equipos que intervendrán en la Copa Crédito 2010 Serie A son los siguientes:

**Tabla 1**

Equipo	Sede	Primera participación	Temporadas consecutivas	Campeonatos ganados
Barcelona Sporting Club	Guayaquil	1957	46	13
Centro Deportivo Olmedo	Riobamba	1971	7	1
Club Deportivo Cuenca	Cuenca	1971	9	1
Club Deportivo El Nacional	Quito	1964	31	13
Club Deportivo Espoli	Santo Domingo	1994	3	0
Club Deportivo Universidad Católica	Quito	1965	1	0
Club Social y Deportivo Independiente José Terán	Sangolquí	2010	1	0
Club Social y Deportivo	Ambato	1960	5	0

Macará					
Club Sport Emelec		Guayaquil	1957	46	10
Liga	Deportiva	Quito	1960	9	9
Universitaria de Quito					
Manta Fútbol Club		Manta	2003	2	0
Sociedad	Deportivo	Quito	1957	33	4
Quito					

## Historia

La historia del fútbol en Ecuador tuvo sus orígenes cuando el guayaquileño Juan Alfredo Wright, quién residía en Inglaterra, volvió a su ciudad natal, Guayaquil, a mediados del año de 1899 junto a su hermano Roberto Wright, después de actuar en un equipo llamado Unión Cricket de la ciudad de Lima en Perú. El retorno de ambos a Ecuador, sirvió para incentivar a los jóvenes ecuatorianos a practicar el fútbol.

Corrían los últimos años del siglo 19 cuando retornaron a Guayaquil un grupo de jóvenes que habían realizado sus estudios superiores en Inglaterra, donde deportes como el fútbol, cricket y Láintenis estaban en apogeo. Estos jóvenes, entre los que destacaban los hermanos Juan Alfredo y Roberto Wright quienes formaron un club con la idea de que sus socios puedan tomar parte de las distracciones que se vivían en Europa, y es así como el 23 de abril de 1899 se funda el Guayaquil Sport Club, iniciando la práctica de un deporte, en ese entonces bastante extraño, que se jugaba con un balón y al que se lo impulsaba con los pies hacia dos arcos rectangulares. A raíz de esto, posteriormente, se creó el Club Sport Ecuador y el Club de la Asociación de Empleados. Un año después, el 28 de enero de 1900 se registraron los primeros encuentros de manera oficial.

El 22 de julio de 1902 se funda el Club Sport Ecuador, cuyo uniforme consistía de una camiseta azul y pantalón corto blanco. En los siguientes años de la primera década del siglo 20 surgieron nuevos equipos como la Asociación de Empleados de Guayaquil, Libertador Bolívar (formado por la tripulación del torpedero del mismo nombre), Unión y Gimnástico. De la misma manera en Quito no se quedan atrás y en 1906 llega el fútbol a El Ejido y se conforman varios equipos como el Sport Club Quito y Gladiador.

En el año 1908 se formó en Guayaquil el Club Sport Patria, actualmente el equipo en actividad más antiguo del país. Además en aquel año se organizó el primer torneo que se disputó en Ecuador. En 1921 se organizó un triangular entre el Centenario, Norteamérica y los marinos del buque inglés Cambian, quienes obsequian un escudo para que sea entregado como trofeo en Ecuador, naciendo la disputa del famoso Escudo Cambian, que se juega entre 1923 y 1931. Ante la necesidad de contar con un organismo que regule las competencias deportivas en 1922 Manuel Seminario impulsa la fundación de la Federación Deportiva Guayaquil (luego Federación Deportiva del Guayas, FDG) que pasa a organizar el campeonato oficial que es ganado por el Rating, mientras que en Quito el campeonato es obtenido por Gladiador.

En 1925, las provincias de Guayas y Pichincha empezaron a organizar campeonatos de tipo amateurs. Más tarde el 30 de mayo de ese mismo año, Manuel Seminario promovió la fundación de la Federación Deportiva Nacional del Ecuador, mejor conocida por su acrónimo Federado. La nueva entidad recibió las afiliaciones internacionales obtenidas por la FDG y en enero de 1926 empezó a figurar como miembro de la FIFA y al año siguiente de la Conmebol. Un año después, en 1926, el Comité Olímpico Ecuatoriano organizó las Olimpiadas Nacionales en la ciudad de Riobamba, el cual introdujo al fútbol como disciplina, donde por primera vez se conformarían selecciones provinciales. La selección provincial anfitriona, Chimborazo, de ganó el torneo forma invicta.

Aquel mismo año, después de lo acontecido, el Ecuador se afilia de forma oficial a la FIFA y el año siguiente, en 1927 a la Confederación Sudamericana de Fútbol (CONMEBOL). Mucho tiempo después, en 1940, se empezaron a organizar campeonatos nacionales de selecciones amateurs. Estos campeonatos se realizaron en un período que comprende desde 1940 hasta 1949.

A finales de 1950 por desavenencias con la FDG los principales equipos de Guayaquil, entre ellos Barcelona, Emelec, Norteamérica, 9 de Octubre, Everest, Patria y Río Guayas, deciden separarse de dicha federación e instauran el profesionalismo con la creación de la Asociación de Fútbol del Guayas. El mismo paso tomaron los clubes de Quito en 1954 con la creación de la Asociación de Fútbol No Amateur de Pichincha.

En 1957 se llega a un acuerdo para que los dos mejores equipos de los campeonatos de Quito y Guayaquil disputen un torneo para decidir al campeón nacional, con lo cual nace el Campeonato Nacional de Fútbol. Este torneo fue disputado por Emelec, Barcelona, Deportivo Quito y Aucas, coronándose el primero como campeón. Tras no disputarse en los siguientes dos años, el campeonato nacional fue nuevamente organizado en 1960 con 8 equipos (4 de cada asociación), y desde allí se ha venido disputando anualmente. Durante la década del 60 se agregaron equipos de Ambato y Manta, que ya contaban con equipos profesionales. En 1967 se disputan por última vez los campeonatos de Guayaquil y Quito (llamado Campeonato Interandino). El 30 de junio de ese mismo año surge la Asociación Ecuatoriana de Fútbol, separando la organización del fútbol de la Federación Deportiva Nacional del Ecuador.

En los años 70 fueron ingresando al campeonato clubes de otras ciudades, como Cuenca, Riobamba, Portoviejo y Machala. En 1971 se crea la Serie B como el segundo nivel del fútbol ecuatoriano, creándose el sistema de ascensos/descensos con respecto a la Serie A. En estos años el número de clubes se estabiliza en 10

equipos para cada división. El 26 de mayo de 1978 se reforman los estatutos de la Asociación de Fútbol y se cambia el nombre de la institución a Federación Ecuatoriana de Fútbol.

El número de equipos en la primera división varía en los años 80 llegando a 16 en 1985 y 18 en 1987. El torneo es reformado en 1989 para tener 12 equipos en la Serie A. Este número fue disminuido a 10 en el año 2000. Ese mismo año marcó un hito en el fútbol ecuatoriano cuando el Olmedo fue el primer equipo fuera de Quito o Guayaquil que conseguía obtener el título de campeón nacional de fútbol. Este hecho fue igualado en el 2004 por el Deportivo Cuenca, con el Olmedo como vice campeón. Estos dos equipos de provincia han disputado constantemente el título durante la última década.

En el año 2005, se decidió realizar dos torneos al año, similar a lo que ocurre en otros torneos sudamericanos, fueron denominados como Torneo Apertura y Torneo Clausura, aunque este formato no fue considerado para el siguiente año, en el cual se volvió al sistema tradicional de una liguilla final para definir al campeón. Desde el año 2008 se amplió nuevamente la cantidad de equipos a 12 en la Serie A

### Campeones y subcampeones

Año	Campeón	DT Campeón	Subcampeón
<b>1957</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Eduardo Spandre	Barcelona
<b>1958</b> <i>Detalle</i>	<i>Campeonato cancelado</i>		

<b>1959</b> <i>Detalle</i>	<i>Campeonato cancelado</i>		
<b>1960</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Julio Kellman	Emelec
<b>1961</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Mariano Larraz	Patria
<b>1962</b> <i>Detalle</i>	Everest		Barcelona
<b>1963</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Francisco de Souza	Emelec
<b>1964</b> <i>Detalle</i>	Deportivo Quito	 Efraín Rúaes	El Nacional
<b>1965</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Fernando Paternóster	Nueve de Octubre
<b>1966</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Pablo Ansaldo	Emelec
<b>1967</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Basilio Bartola	Emelec
<b>1968</b> <i>Detalle</i>	Deportivo Quito	 Ernesto Guerra	Barcelona
<b>1969</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 José Gomes Nogueira	América de Quito
<b>1970</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Otto Vieira	Emelec
<b>1971</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Otto Vieira	América de Quito
<b>1972</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Jorge Lazo	El Nacional

<b>1973</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Morales	Héctor	Universidad Católica
<b>1974</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Montoya	Leonel	El Nacional
<b>1975</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Montoya	Leonel	Deportivo Cuenca
<b>1976</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Ernesto Guerra		Deportivo Cuenca
<b>1977</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Morales	Héctor	Liga de Quito
<b>1978</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Morales	Héctor	Técnico Universitario
<b>1979</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 García	Eduardo	Universidad Católica
<b>1980</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Otto Vieira		Técnico Universitario
<b>1981</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Morales	Héctor	Liga de Quito
<b>1982</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Ernesto Guerra		Barcelona
<b>1983</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Abruzase	Roberto	Nueve de Octubre
<b>1984</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Abruzase	Roberto	Nueve de Octubre
<b>1985</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Santibáñez	Luis	Deportivo Quito
<b>1986</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Abruzase	Roberto	Barcelona

<b>1987</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Roque Gastón Más poli	Fila banco
<b>1988</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Juan Ramón Silva	Deportivo Quito
<b>1989</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Miguel Ángel Bríndisi	Deportivo Quito
<b>1990</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Polo Carrera	Barcelona
<b>1991</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Miguel Ángel Bríndisi	Valdez S.C.
<b>1992</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Ernesto Guerra	Barcelona
<b>1993</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Salvador Capitana	Barcelona
<b>1994</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Carlos Torres Garcés	El Nacional
<b>1995</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Salvador Capitano	Espoli
<b>1996</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 Paulo Masa	Emelec
<b>1997</b> <i>Detalle</i>	Barcelona	 Rubén Darío Insúa	Deportivo Quito
<b>1998</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Paulo Massa	Emelec
<b>1999</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Manuel Pellegrini	El Nacional
<b>2000</b> <i>Detalle</i>	Olmedo	 Julio Daniel Asad	El Nacional

<b>2001</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Carlos Sevilla Dalgo	El Nacional
<b>2002</b> <i>Detalle</i>	Emelec	 Rodolfo Motta	Barcelona
<b>2003</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Jorge Fossati	Barcelona
<b>2004</b> <i>Detalle</i>	Deportivo Cuenca	 Julio Daniel Asad	Olmedo
<b>2005- Ape.</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Juan Carlos Oblitas	Barcelona
<b>2005-Cla.</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 E ver Hugo Almeida	Deportivo Cuenca
<b>2006</b> <i>Detalle</i>	El Nacional	 E ver Hugo Almeida	Emelec
<b>2007</b> <i>Detalle</i>	Liga de Quito	 Edgardo Bauza	Deportivo Cuenca
<b>2008</b> <i>Detalle</i>	Deportivo Quito	 Carlos Sevilla Dalgo	Liga de Quito
<b>2009</b> <i>Detalle</i>	Deportivo Quito	 Rubén Darío Insúa	Deportivo Cuenca

Tabla 2

### Campeonatos

Equipo	Campeonatos	Subcampeonatos	Años campeón
Barcelona Sporting Club	13	11	1960, 1963, 1966, 1970, 1971, 1980, 1981, 1985, 1987, 1989, 1991, 1995,

			1997
Club Deportivo El Nacional	13	7	1967, 1973, 1976, 1977, 1978, 1982, 1983, 1984, 1986, 1992, 1996, 2005 (C), 2006
Club Sport Emelec	10	9	1957, 1961, 1965, 1972, 1979, 1988, 1993, 1994, 2001, 2002
Liga Deportiva Universitaria de Quito	9	3	1969, 1974, 1975, 1990, 1998, 1999, 2003, 2005 (A), 2007
Sociedad Deportivo Quito	4	3	1964, 1968, 2008, 2009
Club Deportivo Cuenca	1	5	2004
Centro Deportivo Olmedo	1	1	2000
Club Deportivo Everest	1	0	1962
Asociación Deportiva Nueve de Octubre	0	3	
Club Deportivo América	0	2	
Club Deportivo Universidad Católica	0	2	

Club Deportivo Técnico Universitario	0	2	
Club Deportivo Espoli	0	1	
Club Deportivo Fila banco	0	1	
Club Sport Patria	0	1	
Valdez Sporting Club	0	1	

**Tabla 3**

(IBID)<sup>2</sup>

### **Práctica del Fútbol**

El deporte no se puede concebir sin la aplicación de un reglamento específico para cada disciplina, una competencia leal y el placer solar y disfrute de la actividad lúdica.

Es así como el deporte del fútbol en nuestros días presenta un sin número de beneficios propios por la práctica de esta actividad física. Entre otros podemos tener la descarga de energía propia del ser humano provocada principalmente por el stress y actividades académicas o laborales, que en determinado momento se acumulan a lo largo de las semanas, esto en particular lo vemos representado por la práctica sabatina o dominical de uno o más encuentros futbolísticos.

---

<sup>2</sup>[http://es.wikipedia.org/wiki/Serie\\_A\\_de\\_Ecuador](http://es.wikipedia.org/wiki/Serie_A_de_Ecuador)

También otro de los beneficios es el disfrute placentero de una actividad que promueve el ocio entre los seres humanos, una práctica liberadora y a su vez recreativa, creadora de sentimientos y actitudes positivas frente a la vida.

Tal vez uno de los beneficios en la práctica del fútbol sea el aprendizaje y experimentación de actitudes y valores morales y volitivas, al establecer una relación de amistad y trabajo en grupo junto con los compañeros de grupo, la aparición del espíritu de lucha y la disciplina que dan como resultado el triunfo con humildad o la aceptación propia de la derrota en donde en nuestras vidas se pueden ver reflejadas estas actitudes para poder enfrentar de una mejor forma la problemática social y económica que nos aqueja en nuestro país.

Por último y pudiendo en un futuro ampliar cada uno de estos y otros beneficios no podemos dejar de mencionar la mejora física y mental de nuestro cuerpo a través del desarrollo de nuestras cualidades físicas. UN SOLO HOMBRE. (IBID)  
[http://www.fmf.com.mx/beneficios\\_en\\_la\\_practica\\_del\\_futbol.htm](http://www.fmf.com.mx/beneficios_en_la_practica_del_futbol.htm)

### **Métodos de Entrenamiento**

¿En qué debe trabajar para mejorar su aptitud física para el fútbol? Los siguientes artículos presentan los diferentes métodos de entrenamiento y sus objetivos principales. Descubra su importancia en el desempeño futbolístico y aprenda cómo desarrollar su propia rutina de entrenamiento. Los diferentes métodos de entrenamiento para lograr aptitud física se clasifican en categorías dependiendo de su función e importancia en el rendimiento.(IBID)

[http://expertfootball.com/es/aptitud\\_fisica.php](http://expertfootball.com/es/aptitud_fisica.php)

Hablar del entrenamiento de la condición física es hablar de la capacidad del ser humano para adaptarse. Según afirman Gros ser y cols. (1988), "en la práctica, la adaptación biológica se realiza a través de la utilización de los denominados principios del entrenamiento".

Los principios del entrenamiento deportivo son reglas generales extraídas de las ciencias del deporte, y en especial de la pedagogía, la psicología y la biología del deporte. Estas deben interpretarse como guías rectoras y no como dogmas de aplicación en todos los casos y aplicación (González 1985).

Para que se puedan producir adaptaciones, los estímulos (ejercicios de entrenamiento) deben superar un umbral de esfuerzo. Entrenando por debajo de ese umbral no se producen adaptaciones (Figura 1), sería una carga demasiado ligera; sobre el umbral se consigue mantener la condición física adquirida, sería una carga media; por encima del umbral de estimulación empiezan a producirse cambios morfo-funcionales, serían cargas de intensas a muy intensas. Existe un límite máximo de tolerancia que no se debe sobrepasar, pues los efectos serían nocivos tanto para el entrenamiento como para la salud. Estos umbrales y límites no son los mismos para todos, incluso un mismo deportista varía sus umbrales a lo largo de una temporada o de varias, aumentando su umbral de estimulación a medida que va consiguiendo adaptaciones al entrenamiento.

Por tanto, una carga de entrenamiento debe tener una cierta magnitud para provocar adaptaciones que mejoren el rendimiento, teniendo en cuenta que todo estímulo que supere un umbral conlleva un cansancio (Hollmann, 1976). Por esto, en los deportes con un periodo competitivo largo, como es el caso del fútbol, con un partido semanal o incluso dos, se da el siguiente problema: si se entrena por encima del umbral de estímulo se producen adaptaciones y mejoras (físicas-técnicas-tácticas), pero se puede llegar en condiciones de fatiga al partido; por el contrario, si se entrena por debajo del umbral de estímulo no hay fatiga pero evidentemente tampoco se producen adaptaciones ni mejoras. Una correcta aplicación de los principios generales del entrenamiento ayudarán a solucionar esta disyuntiva.

En la literatura especializada nos encontramos que cada autor propone una serie de principios generales, aunque la mayoría coinciden y suele ser un problema más

terminológico que conceptual. En general, la teoría de entrenamiento y sus publicaciones han hecho más referencia y aplicación a los deportes individuales que a los colectivos, que tienen unas características muy diferentes (factores de rendimiento, periodos de competición, heterogeneidad de los deportistas, etc.). Por esto, el objetivo de este trabajo es analizar los principios generales que hemos considerado más importantes para el entrenamiento del fútbol y aplicarlos a su naturaleza específica fruto de la experiencia y de datos científicos.

### **Los Principios Generales Del Entrenamiento Y Su Aplicación Al Fútbol**

#### Principio del aumento progresivo de la carga

Es, probablemente, el principio de entrenamiento más importante en el fútbol para evitar el problema expuesto anteriormente. Se trata de aumentar la magnitud de la carga a medida que el organismo se va adaptando a los estímulos de entrenamiento para que se sigan produciendo adaptaciones, pero sobre todo para mejorar sin interferir en el partido.

En el caso de los deportes con un periodo de competición largo, la progresión de la carga debe ser más lenta y gradual que en los deportes con un periodo de competición más corto y agrupado, empezando incluso con una carga por debajo del umbral de estimulación cuando se esté ya en periodo competitivo. De esta forma, la mejora del rendimiento será menor y más lenta, pero el deportista no estará fatigado para jugar en condiciones óptimas el partido del fin de semana.

Por esta razón, la utilización en una 1ª fase de un gran volumen concentrado de ejercicios de preparación especial condicional, para en una 2ª fase disminuir el volumen de carga y conseguir así un nivel superior de rendimiento, como propone Verjoshanski (1990), no tiene aplicación en el fútbol durante el periodo competitivo, ya que en la 1ª fase se provoca una alteración profunda y prolongada de la homeostasis del organismo, que se expresa en una reducción persistente de los índices funcionales. Si puede tener aplicación en el periodo de pretemporada,

donde no importa que disminuya temporalmente el rendimiento. Además una carga concentrada tiene una mayor duración al cesar el entrenamiento de las cualidades concentradas, por lo que si entrenamos la resistencia aeróbica y la fuerza máxima como cualidades físicas de base en la pretemporada de forma concentrada tendrán más influencia durante el periodo competitivo, donde su entrenamiento podría tener interferencias sobre el rendimiento.

- Aumento de la frecuencia de entrenamiento.
- Aumento del volumen.
- Aumento de la densidad del estímulo.
- Aumento de la intensidad del estímulo.

En general, y más concretamente en el fútbol no profesional, se suelen realizar pocas sesiones de entrenamiento semanales, muy largas, donde se mezclan todos los contenidos. La situación ideal sería la de realizar más entrenamientos, aunque sean más cortos, para poder aplicar así el 1º paso de la secuencia, aumentar la frecuencia de entrenamiento de una cualidad o de la condición física en general. El aumento del volumen es lo que más se suele modificar para aumentar la carga. El aumento de la densidad como 3º paso, es muy interesante en el fútbol para introducir progresivamente el trabajo anaeróbico láctico, quitando tiempo de recuperación al trabajo de velocidad hasta que haya recuperaciones de entre 30-10 segundos. El 4º paso depende más del futbolista que del ejercicio en sí, ¿cómo entonces aumentar la intensidad de la carrera si el futbolista no la aumenta? Para estos casos el truco puede ser realizar competiciones por parejas o por grupos con pequeños castigos para los perdedores, o de forma más científica registrando la frecuencia cardíaca mediante un pulsó metro.

Es de vital importancia en el fútbol el principio de la progresión para el entrenamiento de la fuerza explosiva, ya que se ha comprobado las contracciones excéntricas se caracterizan por producir pequeñas lesiones en los tejidos musculares ocasionando respuestas inflamatorias, además de modificar las

órdenes nerviosas que controlan el movimiento y dificultar la re síntesis de glucógeno (Sánchez y cols. 1998). Esto no quiere decir que no se pueda realizar entrenamientos en los que intervengan contracciones excéntricas, puesto que en el propio juego del fútbol se dan continuamente (frenazos, saltos, cambios de dirección, golpes, etc.) sino que se deben entrenar de forma muy progresiva y lenta (durante el periodo competitivo) para que no se produzca un gran daño muscular que interfiera en el rendimiento del partido (Figura 2). En deportistas bien entrenados los efectos negativos de las contracciones excéntricas están minimizados (Sanchas y cols. 1998), por lo que su gradual entrenamiento solo aportara mejoras. El efecto residual de las contracciones excéntricas (24-72 h), no aconseja su entrenamiento dentro de los 3 días anteriores al partido.

### **Principio de la relación óptima entre el esfuerzo y el descanso**

Es otro de los principios vitales en el fútbol para producir mejoras. Se fundamenta en los principios biológicos y en los procesos de adaptación que se comentaron ligeramente en la introducción. Para que una carga de trabajo surta efecto se debe dejar el tiempo necesario para su recuperación, como se puede ver en la clásica curva de súper compensación, en caso contrario, si se aplica una carga cuando no se ha producido la súper compensación y esto se repite se puede llegar al sobreentrenamiento.

La correcta alternancia entre esfuerzo y recuperación se debe aplicar en todos los periodos del entrenamiento: desde dentro de la propia sesión de entrenamiento, pasando por el micro ciclo, hasta el macro ciclo. Siempre con el mismo objetivo: llegar en condiciones óptimas al partido del fin de semana.

Un estado de sobreentrenamiento puede conducir al deportista a una lesión, a una enfermedad y evidentemente a un menor rendimiento deportivo. Sin embargo, es por todos sabido que una situación de sobre entrenamiento en serio, es muy difícil que aparezca en el fútbol, ya que no es un deporte (ni siquiera a nivel profesional),

que se caracterice por entrenar al límite de la capacidad humana. Lo más frecuente en el fútbol es que se produzcan pequeñas sobrecargas musculares, dado que es un deporte con numerosas aceleraciones, frenazos, cambios de dirección y sentido, luchas, saltos, etc. que inciden y lesionan el tejido muscular.

Para aplicar correctamente este principio dentro de la sesión se debe atender bien a las recuperaciones propuestas en cada método de entrenamiento, en especial en el trabajo de velocidad y fuerza.

Para aplicar este principio dentro de un micro ciclo simple, Serial-lo (1987), propone concentrar la carga el miércoles con doble sesión, ya que el futbolista se ha recuperado del partido y el próximo está lejos, obteniendo la supe compensación el fin de semana.

En el caso de equipos no profesionales con tan solo 3 entrenamientos semanales proponemos (Figura 6) entrenar el Martes, Miércoles y Viernes, siendo igualmente el Miércoles el día de máxima carga, y el Viernes un día para preparar el partido y trabajar la velocidad. Lo ideal (o utópico) sería que el Lunes, cada futbolista hiciera por su cuenta un pequeño entrenamiento de recuperación, basado principalmente en 15-25 minutos de carrera continua y estiramientos.

En el caso de periodos más grandes, teniendo siempre como referencia el micro ciclo, deben existir periodos de recuperación o profilácticos para regenerar el organismo del futbolista, en especial los tejidos tendinosos y articulares. Estos periodos, no muy prolongados y siempre sin cesar la actividad, pueden incluirse aprovechando algún descanso que ofrezca la competición como las navidades o un puente festivo, o porque el entrenador lo estime oportuno. Para un mejor control de la dinámica de carga de los micro ciclos a lo largo de una temporada recomendamos el modelo de hoja propuesto por Rubio y Terán (2002).

La capacidad para recuperarse de un esfuerzo depende fundamentalmente del nivel de entrenamiento, de la preparación general del futbolista y de la dotación

genética. El tiempo de recuperación después de una carga será mayor cuanto mayor haya sido la carga (Verjoshanski, 1990) Además la utilización de diversas medidas de recuperación pueden acelerar este proceso para poder así entrenar más y mejor: recuperación activa, estiramientos, masaje, sauna, baños, frío/calor, nutrición, etc.

### **Principio de la continuidad**

Para que se produzca un cambio morfo-funcional es necesario que el ejercicio o la sesión de entrenamiento no esté muy distantes, sino las adaptaciones no se producirán o tardarán mucho más en producirse. Las interrupciones en el proceso de entrenamiento provocan en primer lugar una disminución de las cualidades físicas, y luego de las destrezas técnicas y tácticas (González, 1985). A su vez, la resistencia y la fuerza-resistencia se pierden antes que la fuerza máxima, la fuerza rápida y la velocidad (García y cols., 1996b). En el entrenamiento del fútbol hay 2 aspectos que dificultan la aplicación de este principio:

La convocatoria: hay futbolistas que no juegan, otros juegan todo el partido y otros una parte. Así muchos jugadores reciben semanalmente el mejor entrenamiento, el partido, mientras que otros se lo pierden. El problema radica que las alineaciones y convocatorias suelen ser muy iguales y de repetirse estas situaciones durante varias semanas, los futbolistas que no juegan no cogen la forma física igual que los que juegan seguido. En los equipos profesionales, donde hay varios técnicos y entrenar es una obligación, el mismo día del partido se puede hacer un entrenamiento para los no convocados y/o al día siguiente un entrenamiento distinto para cada grupo de futbolistas según el tiempo que hayan jugado. Con esto, al menos, se minimiza la ausencia de competición que es lo que realmente pone en forma. Pero en los equipos no profesionales, donde se entrena 3 días a la semana (p.ej. Martes, Miércoles y Viernes), un futbolista que no juegue el Domingo, estará sin hacer nada 3 días seguidos, además de que el entrenamiento del Viernes no será muy intenso. Esta situación repetida varias

semanas va en contra del principio de la continuidad, que solo se puede resolver entrenando 1 día más que los que juegan, bien dentro de la disciplina de equipo (como los profesionales), o bien por su cuenta.

El micro ciclo: en el fútbol esta estructura de la planificación viene marcada y condicionada por el partido del fin de semana, de esta forma es difícil realizar por ejemplo 2 sesiones de fuerza o 2 de resistencia en la misma semana puesto que necesitan un tiempo de recuperación entren ambas y deben estar lo suficientemente alejadas del partido. Así normalmente se asigna un día al entrenamiento de cada cualidad, sin embargo las adaptaciones a un entrenamiento semanal por cualidad son mucho más lentas o insuficientes. Lo primero para solucionar esto sería aumentar la frecuencia semanal de entrenamientos, entrenando menos cantidad pero con más frecuencia. En caso de que esto no fuera posible es necesario que ese entrenamiento semanal de una cualidad no pierda continuidad aunque sea semanalmente, consiguiendo lo que algunos denominan micro-adaptaciones (Serial-lo, 1987). También es conveniente para el entrenamiento de la condición física un número reducido de ejercicios y que estos se repitan, por ejemplo, para trabajar la fuerza explosivo elástica puedo utilizar cuestas, arrastres, escaleras etc. Hay que elegir uno de ellos y repetirlo durante un largo periodo de tiempo para que el organismo se adapte neuronalmente a la mecánica específica de ese ejercicio y una vez adaptado saque mayor provecho de su entrenamiento (Teodorico, 1996), en lugar de una semana realizar cuestas, otra escaleras y la siguiente arrastres, ya que cambiaríamos constantemente de patrón motriz.

En caso de lesión se debe evitar una interrupción total del entrenamiento, realizando lo que se pueda: natación, ejercicios o carreras en el agua, bicicleta, gimnasio, ejercicios isométricos, electroestimulación, etc.

### **Principio de la relación óptima entre los componentes del rendimiento**

El rendimiento en cualquier deporte depende de varios factores, siendo siempre algunos más importantes que otros, teniendo en cuenta que cualquier déficit en cualquiera de ellos va a afectar al rendimiento global. Por tanto, lo primero es compensar esos déficits, luego sacar más provecho a los mejores factores. Una razón que obliga a un equilibrio de factores es el propio reglamento que limita el número de cambios, a diferencia de otros deportes colectivos donde se pueden hacer cambios ilimitados, por ejemplo, tenemos un gran especialista en tiros de faltas que está en el banquillo porque hay mejores jugadores en global que él, ante un lanzamiento de falta el entrenador no puede sacarle para que tire la falta y vuelva al banquillo como ocurre, por ejemplo, en el balonmano.

Los factores de rendimiento en el fútbol y su interrelación se muestran en la siguiente figura. A su vez, cada factor general está compuesto por varios sus factores

Ahora bien, ¿En qué proporción se debe entrenar cada factor de rendimiento?, ¿son suficientes los entrenamientos habituales en el fútbol para poder abarcar todo esto?. Cada equipo, cada categoría, cada nivel precisa de un porcentaje distinto. El principio general nos dice que se deben todos en una proporción adecuada.

Se puede pensar fácilmente que la solución es plantear ejercicios, llamados integrados, en los que se entrenan varios componentes al mismo tiempo. Sin embargo, la experiencia nos dice que algunos de estos ejercicios al final no mejoran (o no se ha demostrado) nada y que lejos de facilitar el entrenamiento lo dificultan, por la complejidad al explicarlo y ponerlo en marcha. Por el contrario, muchos otros ejercicios integrados son bastante útiles. No es este el momento de profundizar en este problema, si que podemos concluir que no hay reglas fijas ni demostradas, y que seguramente haya aspectos que deban realizarse más analíticamente y otros de forma más global, unos con balón, otros sin balón, y que las elecciones de ejercicios se deberían hacer sin obsesiones ni ideas fijas.

### **Principio de la individualidad**

Es uno de los principios más importantes pero de más difícil aplicación, en especial en los deportes colectivos. Es bien sabido que existen numerosos factores que afectan a la respuesta individual ante una misma carga de entrenamiento (García y cols., 1996b): herencia, maduración, nutrición, descanso y sueño, nivel de condición, motivación, ambiente, salud y sexo. A estos factores individuales habría que añadir los diferentes requerimientos energéticos y técnico-tácticos de cada puesto específico en el fútbol.

Es cierto que no se puede programar un entrenamiento totalmente individual para cada jugador, primero por la dificultad de realización y segundo porque sería incoherente en un deporte de cooperación-oposición. También es cierto que un entrenamiento igual para todos no sacará el máximo rendimiento a una plantilla. Una solución intermedia puede ser individualizar ciertos aspectos del entrenamiento para distintos grupos dentro del equipo:

- 1) Según nivel de condición física.
- 2) Según líneas o puestos específicos.
- 3) Según elementos técnico-tácticos a mejorar.

- 1) Según nivel de condición física: Para conseguir clasificar a los futbolistas de un equipo y ver sus características y necesidades necesitamos realizar test apropiados para cada cualidad. Un ejemplo lo podemos ver en la Figura 9 (datos propios, 2001), que muestra los resultados de dos futbolistas del equipo juvenil nacional de la Cultural y De. Leonesa, en un test de resistencia a la velocidad (R-V). Podemos observar claramente como el sujeto B es más rápido que el sujeto A, y como el sujeto A es capaz de repetir los sprint con menos pérdida de velocidad que el B. ¿Deben realizar el mismo entrenamiento de R-V los sujetos A y B?, evidentemente no.

Si por ejemplo tuvieran que realizar un entrenamiento de R-V de 18 sprint de 15 m (volumen total de 270 m) con recuperaciones parciales entre repeticiones (20-40 sega.), lo correcto sería que el sujeto A realizara más repeticiones por serie, ya

que necesita un nº más elevado de repeticiones seguidas para fatigarse (2 series de 9 repetir.) o menos repeticiones pero de más distancia (2 x 6 repetir. de 22 m = 276 m). Al contrario, el sujeto B necesita repartir el volumen de entrenamiento en más series dado que se fatiga mucho antes (3 x 6 repetir.) o aumentar el número de repeticiones disminuyendo la distancia (3 x 9 repetir. de 10 m. = 270 m).

2) Según líneas o puestos específicos: Los requerimientos energéticos y técnico-tácticos de cada puesto específico son diferentes entre sí, sufriendo variaciones según el esquema, la estrategia y la filosofía de juego de cada equipo. Para Goda y Popos (1993), a las observaciones subjetivas del entrenador se debe añadir análisis más objetivos de las actividades de los futbolistas en los partidos para organizar y planificar correctamente el proceso de entrenamiento. Proponen cuatro formas de análisis cuantitativo:

- Volumen, variedad y eficacia de las acciones técnico-tácticas individuales.
- Volumen, eficiencia y eficacia de las acciones técnico-tácticas colectivas.
- Volumen e intensidad de los desplazamientos de los futbolistas en los partidos.
- Magnitud y tendencia de la carga biológica de la actividad competitiva.

De estos análisis subjetivos y objetivos tenemos que saber qué requerimientos energéticos, técnicos y tácticos tiene cada puesto específico en nuestro equipo<sup>3</sup>, y lo más importante, a partir de esto entrenar. Si por ejemplo, analizamos al lateral de nuestro equipo y obtenemos que el mayor número de acciones técnicas en ataque centrar desde la banda al área, ese jugador y todos los que pudieran actuar en su posición deben entrenar los centros de banda, y si a penas realizan tiros a puerta en el partido, su entrenamiento no debe predominar el tiro a puerta. Si este mismo lateral, realiza sprint más largos que sus compañeros, las distancias del entrenamiento de velocidad y resistencia a la velocidad deben ser mayores. Y así con todas las variables.(IBID)

---

<sup>3</sup><http://www.entrenamientos.org/Article52.html>

## 2.10. **Hipótesis**

Incidirá el uso de la Hipermedia para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba del cantón Pelileo periodo Junio-Octubre 2010.

## 2.11. **Señalamiento de las Variables**

**Variable Independiente:** Hipermedia

**Variable Dependiente:** Práctica del Fútbol

## **CAPITULO III**

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Modalidades básicas de la investigación**

El problema objeto de estudio estará apoyándose en una investigación de campo, que permitirá recabar la información en el lugar de los hechos. De igual manera buscará el apoyo de la investigación bibliográfica que será la encargada de recoger la información documentada de los libros, revistas, estatutos, reglamentos y periódicos, además con el avance de la tecnología será de mucha utilidad el internet para buscar todo lo referente a la hipermedia, también nos estaremos apoyando en las técnicas como son: la entrevista y la encuesta aplicando a los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba del cantón Pelillo.

#### **3.2. Tipo de la investigación**

La investigación es de tipo descriptivo, explicativo, exploratorio, porque está dirigida a determinar como es y cómo está la situación de las variables ya que determina como incide la Hipermedia en el proceso enseñanza-aprendizaje tanto en el plantel educativo como para la comunidad en general, a la vez que es de aplicación al, ofrecer propuestas viables y factibles para la solución del problema.

#### **3.3. Población y Muestra**

Personal docente: 40

Autoridades: 3

Estudiantes: 765

Padres de familia: 765

$$\frac{N}{E^2(N - 1) + 1}$$

n = tamaño de la muestra

N=Población

E= Error de la muestra = 0.05

Todos los que van a ser objetos de investigación:

Elementos	Frecuencia	Porcentaje
Autoridades	3	100%
Docentes	40	100%
Estudiantes	765	100%
Padres de familia	765	100%
Total	1573	100%

### 3.4. Operacionalización de Variables

#### VARIABLE INDEPENDIENTE: LA hipermedia.

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
Hipermedia es el término con que se designa al conjunto de métodos o procedimientos para escribir, diseñar o componer contenidos que tengan <u>texto</u> , <u>video</u> , <u>audio</u> , <u>mapas</u> u <u>otros medios</u> , y que además tenga la posibilidad de interactuar con los usuarios	conjunto de métodos o procedimientos  contenidos <u>texto</u> , <u>video</u> , <u>audio</u> , <u>mapas</u>	Enseñanza aprendizaje  <b>método científico</b>  Videos tutoriales  Capacitaciones interactivas  Audio y video	¿Conoce usted los métodos de enseñanza aprendizaje? ¿Utiliza el método científico en sus clases? ¿Considera usted que los videos tutoriales ayudara a incentivar la práctica del futbol? ¿Sabe usted como aplicar una capacitación por medio de una conferencia con contenidos técnicos del fútbol? ¿Utiliza audio y video en su institución?	Técnicas: Observación Encuesta  Instrumentos: Cuestionario

**VARIABLE DEPENDIENTE: Práctica del futbol.**

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
<p>Es la aplicación de un conjunto de ejercicios corporales dirigidos racionalmente a desarrollar y perfeccionar las cualidades perceptivo - motrices del jugador para obtener un mayor rendimiento deportivo.</p>	<p>Ejercicios corporales.</p> <p>Cualidades perceptivo-motrices del jugador.</p> <p>Rendimiento deportivo.</p>	<p>calentamiento.</p> <p>Fuerza y velocidad.</p> <p>Ejercicios físicos programados.</p> <p>Agilidad.</p> <p>Preparación general y específica.</p> <p>Resistencia.</p>	<p>¿Conoce los ejercicios de calentamiento para la actividad física?</p> <p>¿Serán adecuadas utilizar la fuerza y velocidad para la práctica del futbol?</p> <p>¿Con los ejercicios físicos programados tendrán los estudiantes excelentes condiciones dentro de la cancha de juego?</p> <p>¿Cree que la agilidad mejorara en el estudiante a la práctica del fútbol?</p> <p>¿Conoce usted sobre preparación general y específica?</p> <p>¿Considera usted que los estudiantes fortalece la resistencia física?</p>	<p>Observación</p> <p>Encuesta</p> <p>Cuestionarios</p>

### **3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Esta información se basa en la recolección de la información mediante las técnicas: encuestas y entrevistas con sus respectivos cuestionarios y guías correspondientes.

La observación

El criterio de expertos mediante la aplicación de una encuesta a los estudiantes de la institución.

### **3.6. Validez y confiabilidades los instrumentos**

Para su validez y confiabilidad de los instrumentos se empleó un Cuestionario, la cual para su elaboración se utilizó generalmente preguntas cerradas cuyas respuestas son afirmativas o negativas (si o no), también hubo preguntas de opción múltiple donde nos permitió analizar y profundizar en el problema los cuales fueron de gran ayuda para nuestra investigación.

### **3.7. Plan de recolección de información.**

¿Para qué?

Para alcanzar un plan de trabajo para los deportistas que permitan potencializar las cualidades motrices.

¿A quiénes?

A los estudiantes del Colegio Técnico Husimpamba.

¿Cómo?

Con los diferentes cuestionarios.

¿Con que?

Empleando las entrevistas y la observación.

¿Cuántas veces?

Las que sean necesaria para que la investigación tenga un sustento verídico y legal.

¿Dónde?

En el Colegio Técnico Huasimpamba del cantónPelileo.

### **3.8. Plan para el procesamiento de la información**

El mecanismo que se empleara será la revisión de información recogida, repetición para corregir fallas de los encuestados, tabulación de las variables y cuadros de una y cruce de variables.

El resultado de los datos de la investigación va a ser ordenados, procesados y analizados para dar mayor facilidad a la interpretación.

## CAPITULO IV

### 4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Interpretación de resultados

Pregunta 1.- ¿Conoce usted los métodos de enseñanza-aprendizaje?

Tabla 1

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	53	28,34
NO	134	71,66
TOTAL	187	100

Tabla 4

Los métodos de enseñanza – aprendizaje

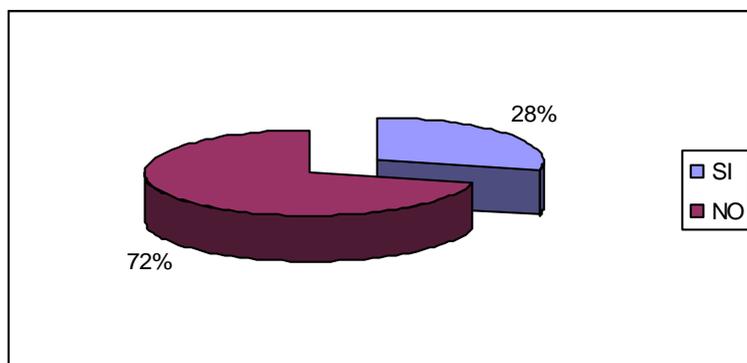


ilustración3

## **ANÁLISIS**

El 72 % de los encuestados determinan que no conocen sobre los métodos de enseñanza \_aprendizaje, y el 28% responden favorablemente que no conocen ningún método.

## **INTERPRETACIÓN**

La mayoría de los encuestados responden no saber sobre los métodos de enseñanza aprendizaje y por ende se debe capacitar para tener un mejor conocimiento sobre el tema.

**Pregunta 2.- ¿Usted cree que utiliza el método científico en las clases?**

Tabla 2

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	59	31,55
NO	128	68,45
TOTAL	187	100

Tabla 5

**El método científico en las clases**

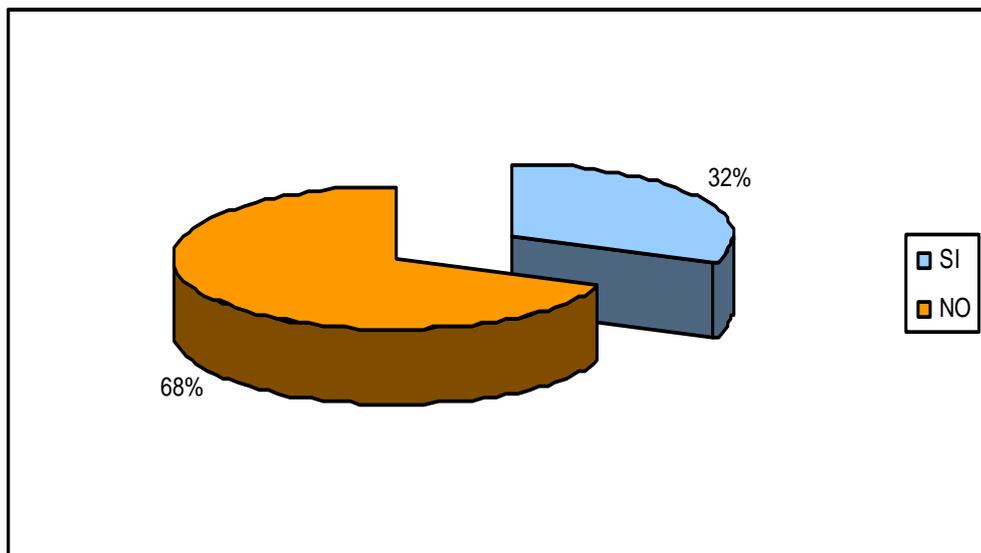


ilustración4

## **ANÁLISIS**

El 68% de las personas encuestadas mencionan que no se utiliza el metodocientífico en las clases, y tan solo el 32% establece lo contrario.

## **INTERPRETACIÓN**

El porcentaje mayor dice que no se utiliza el método antes mencionado en clase, y se necesita adoptar nuevas formas de enseñanza para este metodocientífico.

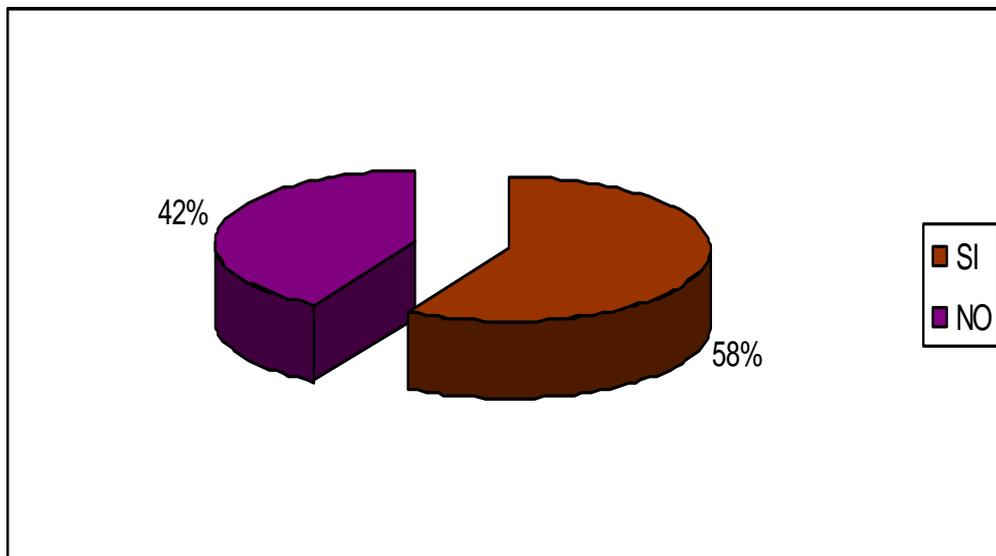
**Pregunta 3.- ¿Considera usted que la hipermedia es importante en la cultura física?**

Tabla 3

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	109	58,29
NO	78	41,71
TOTAL	187	100

Tabla 6

La hipermedia



ilustracion5

## **ANÁLISIS**

El 58% consideran que la hipermedia con la aplicación de la tecnología es de sumo interés para los jóvenes, y el 42% determina que no.

## **INTERPRETACIÓN**

Las mayorías de las personas encuestadas determinan que si es importante aplicar la hipermedia en clases ya que motiva a un mejor aprendizaje para la práctica del futbol y las otras personas encuestadas respondieron que la tecnología aplicada no les parece interesante

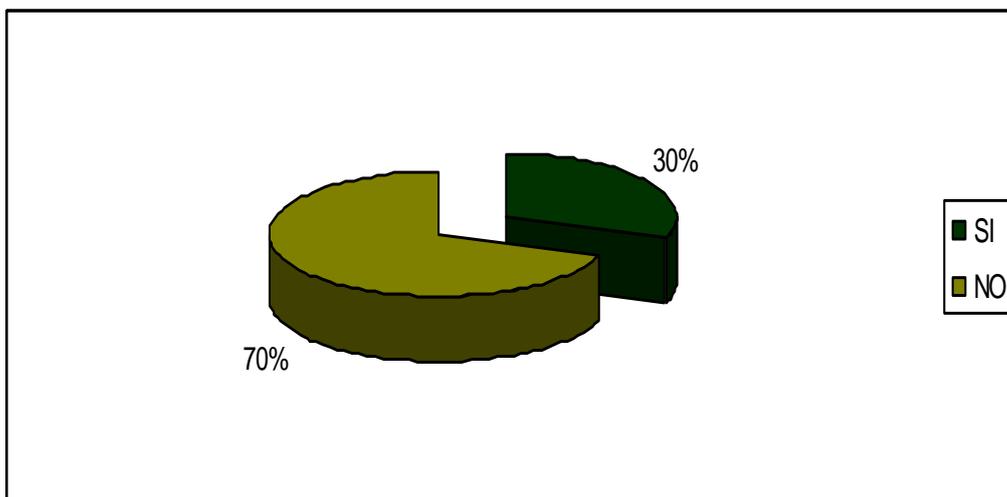
**Pregunta 4.- ¿Se aplica en la institución Educativa una capacitación por medio de una conferencia con contenidos técnicos del fútbol?**

Tabla 4

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	57	30,48
NO	130	69,52
TOTAL	187	100

Tabla 7

Capacitación por medio de una conferencia



AN

ilustración6

## **ANÁLISIS**

El 70% de los encuestados determinan que no es necesario aplicar las conferencias, y el 30% dice lo contrario.

## **INTERPRETACIÓN**

La mayoría de las personas encuestadas dicen que no por lo tanto aplicar conferencias no sería importante para incentivar la práctica del fútbol, Los otros encuestados dicen que no es decir, que se necesitan conferencias para que se motive aún más la práctica del fútbol.

**Pregunta 5.- ¿Se utiliza audio video en la institución?**

Tabla 5

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS</b>	<b>%</b>
SI	62	33,16
NO	123	65,78
<b>TOTAL</b>	<b>187</b>	<b>100%</b>

Tabla 8

Audio y Video

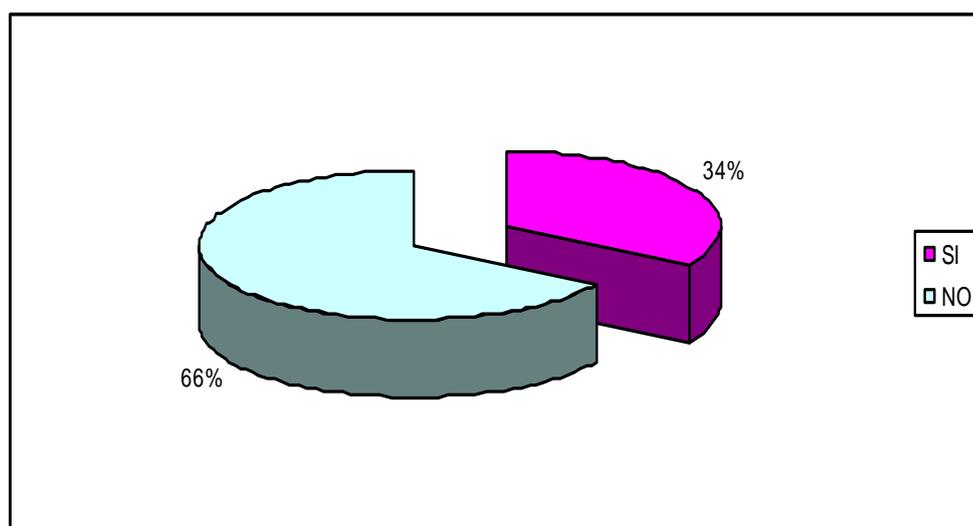


ilustración7

## **ANÁLISIS**

El 66% de los encuestados menciona que no se utiliza audio video en la institución lo cual influye en la enseñanza de la práctica del fútbol, el 34% dice lo contrario.

## **INTERPRETACIÓN**

Entonces se necesita implantar esta tecnología con nuevos métodos científicos ya que es aceptada ampliamente por los estudiantes como para los profesores para un mejor proceso de enseñanza-aprendizaje

**Pregunta 6.- ¿Serán adecuadas utilizar la fuerza y velocidad para la práctica del fútbol?**

Tabla 6

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	161	86,10
NO	23	12,30
TOTAL	187	100

Tabla 9

La práctica del futbol

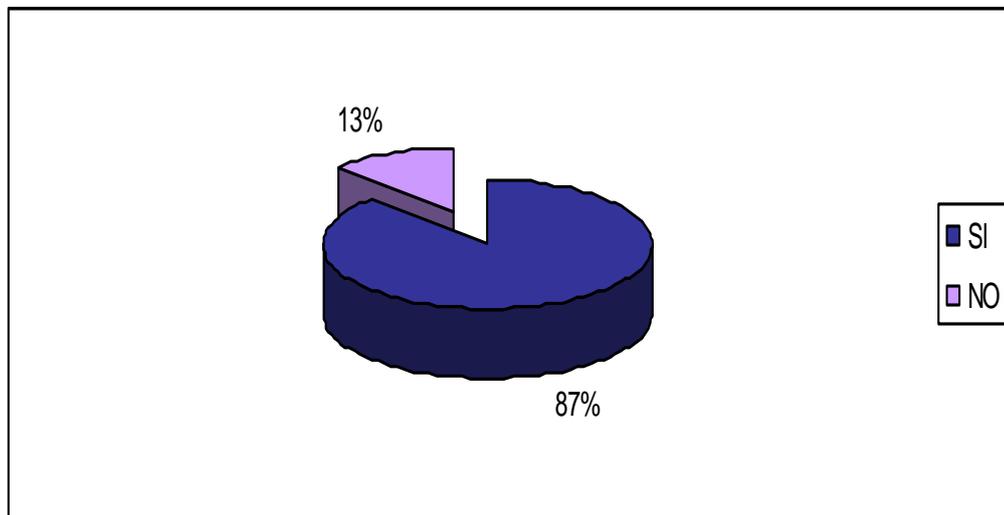


ilustración8

## **ANÁLISIS**

El 87% de los encuestados afirman que la utilización de la fuerza y la velocidad son elementos físicos esenciales para la práctica y por ende un mejor rendimiento en el fútbol, y en un porcentaje menor del 13% dice que no.

## **INTERPRETACIÓN**

A la hora de practicar el fútbol la fuerza y la velocidad son muy importantes y por ende siempre son necesarios utilizar estos ejercicios.

**Pregunta 7.- ¿Con los ejercicios físicos programados se tendrán excelentes condiciones dentro de la cancha de juego?**

Tabla 7

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS</b>	<b>%</b>
SI	129	68,98
NO	58	31,02
TOTAL	187	100

Tabla 10

Ejercicios físicos programados

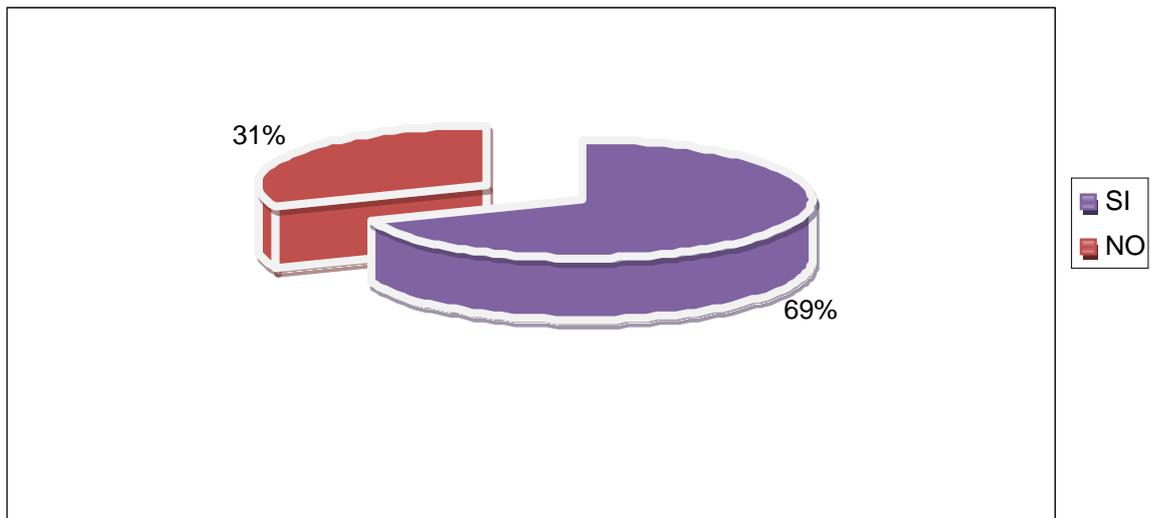


ilustración9

## **ANÁLISIS**

69% de los encuestados mencionan que los ejercicios físicos programados son excelentes para tener mejores condiciones dentro campo de juego, en tanto que un porcentaje significativo del 31% dice que no.

## **INTERPRETACIÓN**

En la práctica del fútbol se exige totalmente el cuerpo humano y por eso debemos aplicar correctamente dichos ejercicios antes de dicha práctica.

**Pregunta 8.- ¿Cómo califica a la práctica del futbol actual?**

Tabla 8

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
ALTO	18	9,63
MEDIO	34	18,18
BAJO	135	72,19
TOTAL	187	100

Tabla 11

La práctica del futbol actual

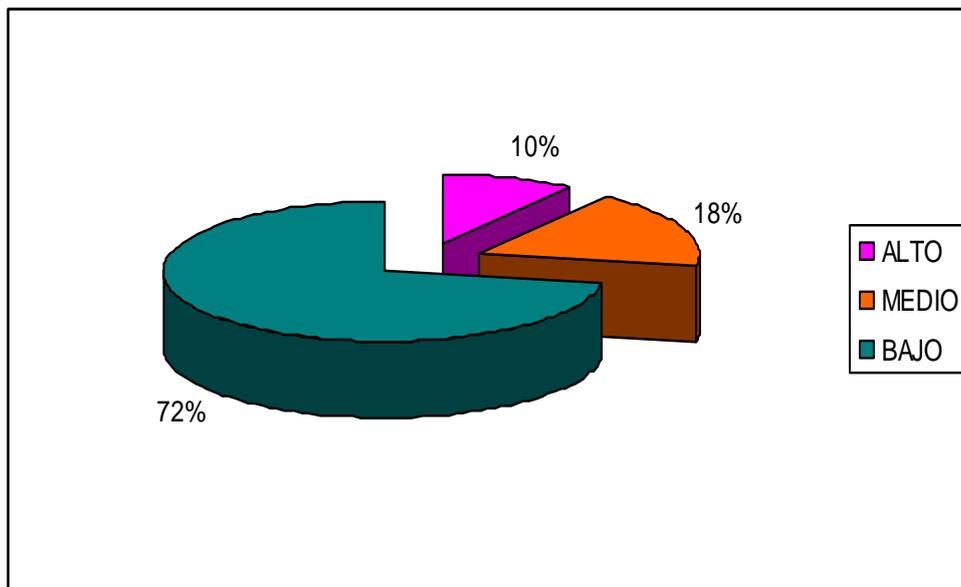


ilustración10

## **ANÁLISIS**

El 72% de los encuestados califica a la práctica del fútbol actual como baja, el 18% califica como medio y el 10% de alta.

## **INTERPRETACIÓN**

El porcentaje mayor nos dice que este resultado debido a que las preguntas anteriores hacen referencia a la implementación de nuevos métodos de aplicación como lo es la tecnología.

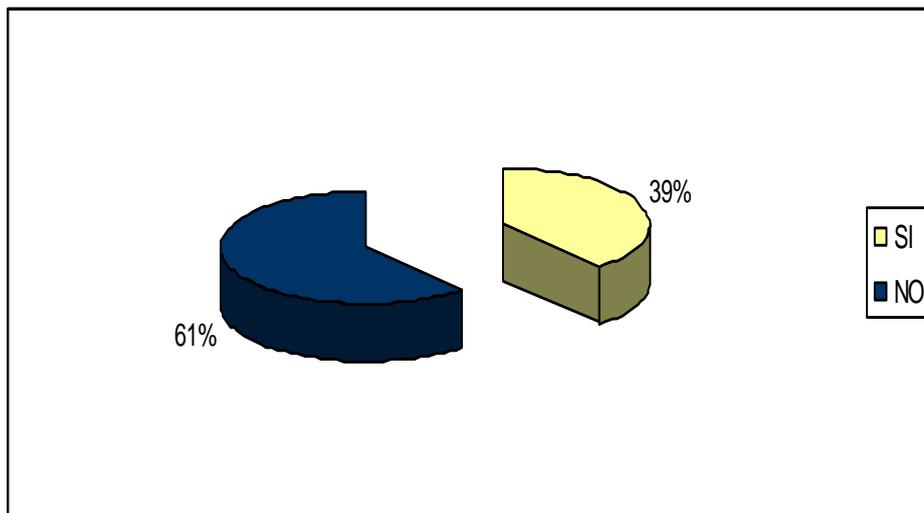
**Pregunta 9.- ¿Conoce usted sobre preparación general y específica?**

Tabla 9

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	72	38,50
NO	115	61,50
TOTAL	187	100

Tabla 12

**Preparación general y específica**



ilustracion11

## **ANÁLISIS**

El 61% de los encuestados mencionan que no, se encuentran capacitados y el 39% menciona que si conoce del tema.

## **INTERPRETACIÓN**

La mayoría de los encuestados dicen que no saben nada sobre preparación general y específica por tanto se deben capacitar con charlas, vídeos etc. sobre el tema para obtener un mejor conocimiento.

**Pregunta 10.- ¿Considera usted que se fortalece la resistencia física?**

Tabla 10

ALTERNATIVAS	NÚMERO DE PERSONAS ENCUESTADAS	%
SI	118	63,10
NO	69	36,90
TOTAL	187	100

Tabla 13

Resistencia física

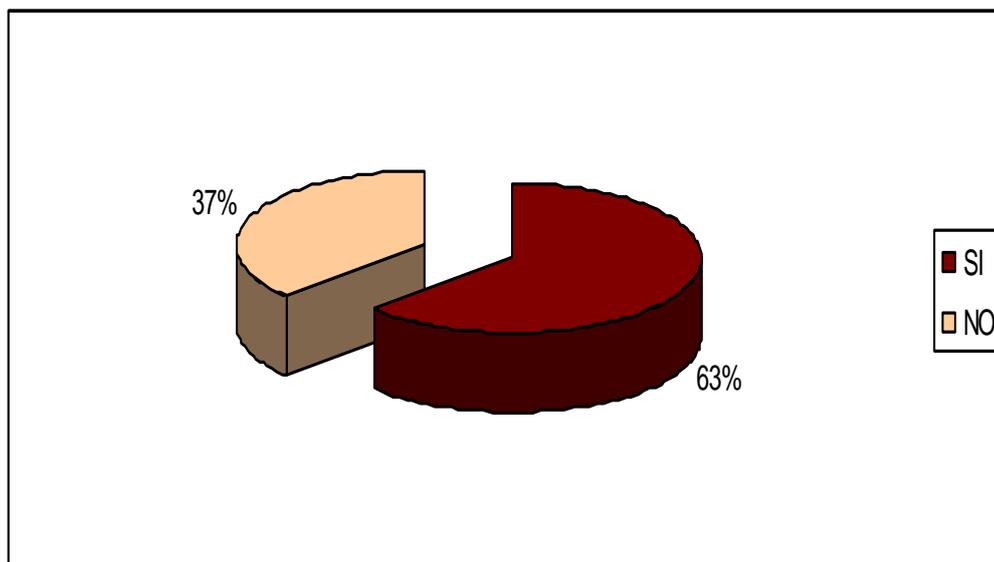


ilustración12

## **ANÁLISIS**

El 63% considera que si se fortalece la resistencia física ya que es necesario para la práctica del fútbol, y un 37% opina que no.

## **INTERPRETACIÓN**

La mayoría de las personas encuestadas mencionan que es necesario el fortalecimiento físico y por ende obtener el máximo nivel dentro de la cancha de juego.

## **4.2. Verificación de la Hipótesis**

Luego de realizar la encuesta con preguntas directas podemos afirmar que la hipermedia incide de manera positiva en la capacitación para incentivar la práctica del fútbol para mejorar los conocimientos y la práctica deportiva en los estudiantes de Colegio Técnico Husimpamba del cantón Pelileo.

### **Preguntas para la comprobación de la hipótesis:**

¿Considera usted que la hipermedia es importante en la cultura física?

¿Cómo califica a la práctica del fútbol actual?

## **CAPITULO V**

### **5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1. CONCLUSIONES**

De acuerdo a la recopilación de la información recogida se pueden llegar a las siguientes conclusiones.

- ❖ Los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba afirman que la hipermedia no está siendo utilizada para incentivar la práctica del fútbol.
- ❖ Los ejercicios físicos programados son excelentes para tener mejores condiciones dentro campo de juego.
- ❖ La motivación realizada en las clases de cultura física es de bajo rendimiento y por ende el interés de los estudiantes por la materia no es favorable.
- ❖ El audio video no es utilizado en la institución y por eso las condiciones psicológicas de los estudiantes se encuentran en mal estado.

## **5.2. RECOMENDACIONES**

- ❖ Que los estudiantes reciban capacitación por medio de la Hipermedia con la aplicación de la tecnología.
- ❖ Las charlas motivadoras son de sumo interés para los jóvenes lo cual motiva a un mejor aprendizaje para la práctica del fútbol.
- ❖ Las autoridades de la institución deberían implantar audio y video para un cambio en el proceso enseñanza – aprendizaje.
- ❖ Capacitar en el ámbito informático a los profesores para que así ayuden a despertar el interés de los estudiantes por este tema.

## **CAPITULO VI**

### **6. PROPUESTA**

#### **6.1. Datos Informativos**

**TEMA**

Utilización de la Hipermedia para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba.

**INSTITUCIÓN** Colegio Técnico Huasimpamba

**ÁREA**

Cultura Física

**RESPONSABLE**

FRANKLIN DARÍO PAREDES

**PERIODO**

Septiembre - Octubre del 2010.

#### **6.2. Antecedentes de la Propuesta**

Se logró capacitar mediante el uso de la hipermedia para incentivar la práctica del futbol en los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba del cantón Pelileo y así mejorar su rendimiento deportivo.

El centro virtual es un aula de capacitación que ofrecerá hipermedia y conferencias motivadoras cuyo objetivo es alcanzar el más alto nivel de enseñanza-aprendizaje y capacitar a los estudiantes del Colegio Técnico Huasimpamba.

Este centro virtual pretende a través de la hipermedia implementar medios y elementos del lenguaje audiovisual como lo serían la música, imágenes,

texto, efectos etc. ya que mediante esta tecnología servirá para incentivar la práctica del fútbol.

### **6.3. Justificación**

Los diferentes compromisos institucionales como política de la formación integral del educando ateniense, ameritan preparar adecuadamente a los estudiantes para el ámbito Informático en el proceso Enseñanza-Aprendizaje, así como formar sus valores a través de la utilización del centro virtual.

El centro Virtual para que los estudiantes utilicen es un aula informática para realizar charlas motivadoras con audio y video. Con frecuencia ha promovido el enfoque de la habilidad o destreza en un solo evento. Claramente esto interfiere con las oportunidades apropiadas para el amplio desarrollo de los estudiantes del Instituto en el campo de la Informática, ya que produce resultados atractivos para la mayoría de involucrados.

### **6.4. Objetivos**

#### **6.4.1. Objetivo General**

Utilizar de la Hipermedia para incentivar la práctica del fútbol en el Colegio Técnico Huasimpamba en el Periodo Septiembre -Octubre 2010.

#### **6.4.2. Objetivo Específicos**

- ❖ Crear un espacio donde se puedan compartir experiencias y cooperar en el ámbito de la informática
- ❖ Motivar a los educandos hacia la práctica del Fútbol.

- ❖ Aplicar la hipermedia para mejorar las capacidades coordinativas del estudiante
- ❖ Desarrollar las acciones técnicas, tácticas de forma que intervengan las capacidades de percepción y decisión.

### **6.5. Análisis de factibilidad**

Dentro de la Institución gracias a las gestiones y ayuda de sus autoridades cuentan con laboratorio de computación y también se logró conseguir el CENTRO VIRTUAL en el cual se aplica la hipermedia que ha sido siempre considerada como un mecanismo de interconexión ya que enlaza digitalmente información de diferentes medios de capacidades y, por lo tanto, como un medio esencial para incentivar la práctica del fútbol. Esta tecnología se puede referir, además de a objetos técnicos y artefactos, a los flujos de conocimiento como la difusión, extensión e intercambio de la información científica básica, tanto a los Docentes como estudiantes, Las motivaciones que contiene esta tecnología por lo que sería es factible esta propuesta para incentivar a los estudiantes a que practiquen más el futbol.

### **6.6. Fundamentación**

El conocimiento ha sido el motor del desarrollo de la humanidad. Todo conocimiento nuevo es asimilado y aplicado al proceso de desarrollo del hombre en cualquier ámbito.

Existen diferentes tipos de conocimientos, y su aplicación varía de acuerdo a estos. El desarrollo de la ciencia y la tecnología ha ejercido un fuerte empuje al crecimiento como en los deportes, primordialmente en el ámbito del fútbol, con un alto nivel de competitividad por medio de la tecnología y de las comunicaciones, la informática, la educación y otros.

Muchos países de América Latina han carecido por largos años de políticas públicas orientadas al desarrollo científico y tecnológico, entendido este como un proceso de estímulo a la creatividad, a la educación, a la capacitación y adiestramiento técnico, requerida por los nuevos productos y procesos, a las cada vez más estrictas exigencias de los mercados, a la participación de las capacidades nacionales en los proyectos de inversión y a la innovación tecnológica de los sectores productivos y en la administración del Estado.

### **6.7. Modelo Operativo**

Principalmente se deben establecer procedimientos así como charlas motivadoras de fútbol para implementar el desarrollo y Conocimiento del estudiante.

En el proceso de diagnóstico tecnológico es el primer paso en él se ha analizado cómo una organización debe gestionar el recurso tecnológico del centro virtual teniendo presente el estado de las tecnologías que posee y la posible existencia de otras tecnologías competidoras posiblemente superiores. Con ello se definen sus objetivos estratégicos.

Una vez que determinadas unidades organizativas hayan adoptado la tecnología en cuestión, puede comenzar un proceso de difusión interna de la tecnología hasta alcanzar al conjunto de unidades y personas que deben conocerla.

## 6.8. CRONOGRAMA DE LA PROPUESTA

<b>Actividades</b>	<b>Responsables</b>	<b>Fecha</b>	<b>Evaluación</b>
Plantear la propuesta	Franklin Paredes	01 de Septiembre del 2010	A toda la institución
Aprobación de las autoridades del plantel	Autoridades de la Escuela Fray Vicente Solano	03 de Septiembre del 2010	Autoridades del plantel
Desarrollar la propuesta	Franklin Paredes	10 de Septiembre del 2010	Todos los estudiantes del Plantel
Charlas motivadoras para incentivar la práctica del futbol	Franklin Paredes	17 de Septiembre del 2010	Estudiantes de octavo y noveno y Personal docente interesado.
Comprobar la asimilación de las técnicas y tácticas	Franklin Paredes	24 de Septiembre del 2010	Estudiantes de primero y segundo de bachillerato.
Observar resultados	Franklin Paredes	15 de Octubre del 2010	Estudiantes de tercero de bachillerato.
Finalización de la propuesta	Docentes y autoridades del plantel	22 de Octubre del 2010	Toda la institución

PLAN DE TRABAJO DE LA PROPUESTA PARA EL TEMA LA UTILIZACIÓN DE LA HIPERMEDIA PARA INCENTIVAR LA PRÁCTICA DEL FUTBOL

<b>Actividades</b>	<b>Responsables</b>	<b>Fecha</b>	<b>Temas a tratar</b>	<b>Evaluación</b>
Plantear la propuesta	Franklin Paredes	01 de Septiembre del 2010	¿Qué es el Futbol? ¿Qué es la Hipermedia?	
Propuesta y plan de trabajo a todos los estudiantes.	Franklin Paredes	03 de Septiembre del 2010	Presentar los temas a tratarse y formas de evaluación	
Charlas motivadoras para incentivar la práctica del fútbol.	Franklin Paredes	10 de Septiembre del 2010	Presentación en el laboratorio de computación por medio de linfocus utilizando Power Point/ todo lo referente a la hipermedia y como practicar el futbol despertando primero su interés del mismo.	Preguntas claves como: ¿Conoce las técnicas y tácticas del fútbol? Diga cuales son.
Empezar con la capacitación técnica de los estudiantes.	Franklin Paredes	17 de Septiembre del 2010	Utilización correcta de las Principales técnicas del Futbol.	Observando sus habilidades en cada técnica explicada.

Realizar una presentación mediante la hipermedia de los técnicas y tácticas de jugadores profesionales.	Franklin Paredes	24 de Septiembre del 2010	Como ayuda la hipermedia a visualizar de mejor manera las habilidades y destrezas de cada jugador.	Un resumen del video visto y porque les gusto.
Comprobar si las clases anteriores cumplieron sus objetivos.	Franklin Paredes	15 de Octubre del 2010	Deporte Nacional e Internacional. Jugadores más destacados en selecciones conocidas.	Preguntas acerca de mejores jugadores de la selecciones.
Finalización de la propuesta	Docentes y autoridades del plantel Franklin Paredes.	22 de Octubre del 2010	Seleccionamos un total de 30 destacados deportistas los cuales dieron una presentación a toda la institución de sus habilidades y destrezas dentro del campo de juego.	Habilidades y destrezas adquiridas mediante la motivación adquirida aplicando la hipermedia.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- ❖ <http://www.ucm.es/info/multidoc/multidoc/revista/cuad6-7/saorin.htm>
- ❖ <http://www.hipermedia.org/>
- ❖ <http://www.latecnicadelfutbol.com/index2.html>
- ❖ <http://yeffri987.galeon.com/aficiones1333224.html>
- ❖ <http://www.educar.org/Educacionfisicaydeportiva/historia/futbol.asp>
- ❖ <http://www.apuestasred.com/apuestasred/apuestasreddieciseis.html>
- ❖ [http://es.wikipedia.org/wiki/Historia\\_del\\_f%C3%BAtbol](http://es.wikipedia.org/wiki/Historia_del_f%C3%BAtbol)

## ANEXOS

### Anexo 1.

#### COLEGIO TÉCNICO "HUASIMPAMBA"

#### ENCUESTAS DIRIGIDA A DOCENTES, PADRES DE FAMILIA Y ESTUDIANTES:

**OBJETIVO:** La presente encuesta tiene por objeto recolectar información sobre la utilización de los medios informáticos con el uso de la hipermedia y saber de qué manera incentivar la práctica del fútbol.

1.- ¿Conoce Ud. los métodos de enseñanza - aprendizaje?

SI ( ✓ ) NO ( )

2.- ¿Usted cree que utiliza el método científico en las clases?

SI ( ) NO ( ✓ )

3.- ¿Considera usted que la hipermedia es importante en la cultura física?

SI ( ) NO ( ✓ )

4.- ¿Se aplica en la Institución Educativa una capacitación por medio de una conferencia con contenidos técnicos del fútbol?

SI ( ✓ ) NO ( )

5.- ¿Se utiliza audio y video en la institución?

SI ( ✓ ) NO ( )

6.- ¿Serán adecuadas utilizar la fuerza y velocidad para la práctica del fútbol?

SI ( ) NO ( ✓ )

7.- ¿Con los ejercicios físicos programados se tendrán excelentes condiciones dentro de la cancha de juego?

SI ( ) NO ( ✓ )

8.- ¿Cómo califica a la práctica del fútbol actual?

ALTA ( ) MEDIA ( ) BAJA ( )

9.- ¿Conoce usted sobre preparación general y específica?

SI ( ) NO ( ✓ )

10.- ¿Considera usted que se fortalece la resistencia física?

SI ( ✓ ) NO ( )

**Anexo 2.**



**Anexo 3.**



**Anexo 4.**



**Anexo 5.**



**Anexo 6.**



**Anexo 7.**

