



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

## **FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

### **TEMA:**

“FACTORES QUE INFLUYEN EN LA FORMACIÓN INTEGRAL Y DEPORTIVA DE LOS NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL EN LA CIUDAD DE IBARRA, DURANTE EL AÑO 2012-2013 ”.

Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciatura en Entrenamiento Deportivo.

### **AUTOR:**

Chávez Manrique Franklin Armando

### **DIRECTOR:**

Mcs. Fabián Yépez

IBARRA, 2013

## ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

En mi calidad de Director de Tesis de Grado de la especialidad de Entrenamiento Deportivo, nombrado por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte.

### CERTIFICO

Que he analizado la Tesis de Grado cuyo título es: **“LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LA FORMACIÓN INTEGRAL Y DEPORTIVA DE LOS NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL EN LA CIUDAD DE IBARRA, DURANTE EL AÑO 2012-2013 Y PROPUESTA ALTERNATIVA”** presentado por el señor:

<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	<b>CEDULA DE CIUDADANÍA</b>
Franklin Armando Chávez Manrique	100299644-3

Como requisito previo a la obtención del título de Licenciado en la especialidad de Entrenamiento Deportivo.

**Director:** Mcs. Fabián Yépez

C.I.

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo es el esfuerzo y la dedicación en una etapa de mucha importancia y muy significativa en mi formación profesional.

Mi dedicación a mi padre Marco Antonio, a mi esposa Nelly Marisol, a mi hija Belén Estefanía y a toda mi familia, quienes hacen posible que todo lo que he venido cultivando empiece a mostrar frutos, aquellos que me brindan a cada instante el apoyo incondicional para no quedarme en el camino y continuar en cada momento son ellos quien con mucha paciencia y amor ha logrado que este objetivo se cumpla, una dedicación especial al ser que me dio la vida mi madre pues desde el cielo es la fuerza y la inspiración primordial en cada instante de mi vida y de seguro desde algún lugar del cielo estará orgullosa de que uno de mis sueños se plasme en realidad con todo mi amor y cariño a todos mis seres queridos.

Chávez Manrique Franklin Armando

## **AGRADECIMIENTO**

El agradecimiento más profundo va dirigido a DIOS pues es quien permite mi existencia en este mundo y compartir experiencias en el difícil pero hermoso camino de la vida.

Expreso mi agradecimiento a la Universidad Técnica del Norte y en especial a la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología por brindarme la oportunidad de prepararme; compartiendo enriquecedoras experiencias y percibiendo nuevos conocimientos de todos los docentes que laboran en este centro de educación superior, garantizando de esta manera una excelente formación profesional.

Un agradecimiento especial a todos los docentes de la carrera de entrenamiento deportivo quienes fueron la guía para la elaboración del presente trabajo y muy grato mi agradecimiento al Mcs. Fabián Yépez en calidad de director de tesis y al Dr. Elmer Meneses docente de la especialidad.

Chávez Manrique Franklin Armando

## ÍNDICE DE CONTENIDO

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR .....	ii
DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	v
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT .....	x
INTRODUCCIÓN.....	xi
<b>CAPÍTULO I</b> .....	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	1
1.1. ANTECEDENTES.....	1
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	3
1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....	5
1.4. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA .....	5
1.4.1. Delimitación Temporal .....	5
1.4.2. Delimitación Espacial.....	5
1.4.3. Unidades de observación.....	6
1.5. OBJETIVOS .....	6
1.6. JUSTIFICACIÓN.....	7
1.7. FACTIBILIDAD .....	9
<b>CAPÍTULO II</b> .....	10
2. MARCO TEÓRICO .....	10
2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
2.1.1. Fundamentación Sociológica .....	10
2.1.2. Teoría cognitiva .....	11
2.1.3. Fundamentación Pedagógica.....	12
2.1.4. Fundamentación Epistemológica .....	13
2.1.5. Fundamentación del Fútbol.....	13
2.1.5.1. El balón.....	14
2.1.5.2. Las Reglas del Fútbol .....	14
2.1.5.3. Los niños y el fútbol .....	14
2.1.5.4. La Metodología .....	15
2.1.5.4.1. Métodos de Enseñanza .....	15

2.1.5.5. Entrenamiento del Fútbol .....	15
2.1.5.6. Fundamentos Técnicos .....	17
2.1.5.6.1 Superficies de contacto con el Balón .....	17
2.1.5.6.2. Dominio del Balón .....	18
2.1.5.6.3. La Técnica .....	21
2.1.5.7. Principios ofensivos .....	22
2.1.5.8. Principios defensivos .....	26
2.1.6. Factores .....	28
2.1.6.1. Factores psicosociales .....	29
2.1.6.2. El contexto deportivo .....	29
2.1.6.3. Factores psicológicos.....	30
2.1.6.4. El Entrenador como Formador .....	31
2.1.6.4.1. Características básicas del entrenador .....	32
2.1.6.4.2. Relación entrenador y deportista.....	33
2.1.6.5. La Personalidad en el Fútbol .....	34
2.1.6.5.1. La Motivación .....	36
2.1.6.5.2. La Autoconfianza .....	36
2.1.6.5.3. La Concentración .....	37
2.1.6.5.4. La Activación .....	37
2.1.6.5.5. La Visualización .....	37
2.1.7. Formación Integral Deportiva .....	38
2.1.7.1. Formación integral .....	39
2.1.7.2. Formación deportiva .....	40
2.1.7.3. Pedagogía Deportiva .....	40
2.1.8. El Entrenamiento Deportivo .....	41
2.1.8.1. Principios del entrenamiento .....	41
2.1.9. El Aprendizaje Deportivo .....	44
2.2. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL .....	47
2.3. GLOSARIO DE TÉRMINOS .....	49
2.4. SUB-PROBLEMAS, INTERROGANTES .....	52
2.4. MATRIZ DE VARIABLES .....	53
<b>CAPÍTULO III</b> .....	54
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	54

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	54
3.1.1. Investigación Bibliográfica .....	54
3.1.2. Investigación de Campo.....	55
3.1.3. Investigación Descriptiva .....	55
3.2. MÉTODOS .....	55
3.2.1. Métodos Empíricos .....	55
3.2.1.1. Observación científica .....	55
3.2.1.2. La recolección de información.....	55
3.2.2. Métodos Teóricos .....	56
3.2.2.1. Método Científico .....	56
3.2.2.2. Método Deductivo e Inductivo .....	56
3.2.2.3. Método Inductivo .....	56
3.2.2.4. Método Analítico –Sintético .....	56
3.2.2.5. Método Estadístico .....	56
3.2.2.6. Método Histórico Lógico .....	56
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS .....	57
3.3.1. Técnicas .....	57
3.3.1.1. Fichas de observación .....	57
3.3.1.2. La encuesta .....	57
3.3.2. Instrumentos .....	57
3.4. POBLACIÓN .....	57
3.5. MUESTRA .....	58
<b>CAPÍTULO IV</b> .....	<b>59</b>
4. 1ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	59
4.1.1. Análisis e interpretación de la ficha de observación .....	60
4.1.2. Análisis e Interpretación de la encuesta .....	70
<b>CAPÍTULO V</b> .....	<b>90</b>
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	90
5.1.Conclusiones .....	90
5.2. Recomendaciones .....	91
<b>CAPÍTULO VI</b> .....	<b>93</b>
6. PROPUESTA ALTERNATIVA.....	93

6.1. Título de la propuesta .....	93
6.2. Justificación e Importancia.....	93
6.3. Fundamentación Teórica .....	95
6.4. Objetivos.....	98
6.5. Ubicación sectorial y física .....	99
6.6. Desarrollo de la propuesta .....	99
6.7. Impactos .....	186
6.8. Difusión.....	186
6.9. Bibliografía.....	187
Anexos .....	<b>190</b>

## RESUMEN

El presente trabajo consta de seis capítulos, en los cuales se enmarca una investigación a entrenadores y niños en la iniciación deportiva de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra percibiendo un déficit en el proceso de enseñanza aprendizaje del fútbol y dar una propuesta alternativa. El marco teórico comprendió todas las fundamentaciones y bases teóricas sobre los factores que inciden directa e indirectamente en el proceso de formación integral y deportiva, además todo lo referente a la enseñanza del fútbol en la etapa de iniciación al fútbol. La metodología utilizada fue la investigación de campo donde se palpó el desconocimiento tanto de entrenadores como de los deportistas sobre el proceso de formación deportiva. Los resultados que se obtuvieron reflejaron que no existe la adquisición de buenas bases en los fundamentos técnicos en los niños efecto producido por la influencia de muchos factores principalmente por el déficit de conocimiento de los entrenadores sobre cómo enseñar y que aspectos tomar en cuenta en el proceso durante esta en esta etapa de formación. Las conclusiones relevantes fueron que más de la mitad de los entrenadores entrenan a los niños de forma empírica y varias veces como futbolistas de alto rendimiento, provocando daños muy sensible en el desarrollo integral y a su vez causando grandes vacíos en el aprendizaje. Otro aspecto muy importante fue palpar que no existe la motivación el niño dentro de las sesiones de entrenamiento lo que sin duda se pronostica una deserción por el deporte. Los aportes más importantes de la investigación fueron la esencia para la elaboración de un manual de entrenamiento de fútbol base y los beneficiados directos los entrenadores, deportistas y escuelas deportivas.

## ABSTRACT

This paper consists of six chapters is part of research to coaches and kids in sports initiation school football Ibarra city perceiving a deficit in the teaching and learning of football give an alternative proposal. The theoretical framework understood the theoretical basis of the factors that directly and indirectly in the process of comprehensive education and sports, plus everything about football teaching in the initiation stage football. The research methodology used was the stick field where ignorance of both coaches and athletes on the sports training process. The results showed that there were acquiring good grounding in the technical basis in children effect produced by the influence of many factors mainly by the lack of knowledge of the coaches on how to teach and what aspects to consider in the process during this training at this stage. The relevant findings were that more than half of the coaches train children empirically and several times as high performance players, damaging sensitive in the overall development and in turn causing large gaps in learning. Another important aspect was felt that there is no motivation the child within the training sessions which certainly is forecast to drop by the sport. The most important contributions were the essence for the development of a training manual and grassroots direct benefit coaches, athletes and sports schools.

## INTRODUCCIÓN

La Formación Integral-deportiva de los niños y posteriormente jóvenes en el proceso continuo de la enseñanza del fútbol, busca permanente y de forma participativa desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-deportivo), a fin de lograr su realización plena en la sociedad.

La práctica deportiva por lo tanto debe recoger los intereses, las necesidades, los sentimientos y competencias de cada niño. Haciendo hincapié a esta reflexión en nuestro medio los monitores y entrenadores de las escuelas de fútbol en los procesos de enseñanza del fútbol dirigidos a las etapas de iniciación han estado direccionadas a entrenar a los niños como un adulto, ocasionando daños significativos en todas las dimensiones del niños deportista e incluso posteriormente transformando todo el gusto de los niños en la deserción por el deporte y los pocos que han llegado a las etapas siguiente no cuentan con las bases necesaria para desarrollar con gran potencial la práctica del fútbol.

Hoy en día la preparación psicológica está en constante evolución en lo que respecta a la práctica del fútbol, sin embargo, claramente se palpa que no se pone en práctica con los niños pese a que en la etapa de iniciación al fútbol factores como la motivación y la concentración son determinantes al momento de aprender un ejercicio o desarrollar una actividad.

Por su constante crecimiento y desarrollo en los niños un aspecto fundamental a tomar en cuenta son aquellos factores que producen los efectos fisiológicos en los niños, contradictorio a esto los monitores y entrenadores pasan por alto la preocupación del estado de salud de los niños, su alimentación, hidratación y lo más fundamental dentro del entrenamiento las cargas de entrenamiento que varias veces producen estrés físico y mental en el deportista sin producir los efectos deseados tanto por los niños, entrenadores, padres de familia y sociedad deportiva.

Lo más importante en las edades de 8 a 10 años en la enseñanza del fútbol es dar mucho énfasis al desarrollo de las habilidades motrices básicas y los fundamentos básicos pues es el sostén para que puedan desenvolverse sin ningún problema en las siguientes etapas de la formación deportiva. Se pretende entonces ofrecer una herramienta de trabajo para la enseñanza del fútbol, con el fin de poder utilizar en la realización de entrenamientos de forma integrada en los niños con una visión diferente tomando en cuenta el valor del niño y aquellos factores que condicionan tanto directa como indirectamente el entrenamiento con los niños.

En tal sentido, la presente investigación se estructura en seis capítulos, en los cuales se describe el desarrollo sistemático que permitió plantear una posible solución a la problemática

El Capítulo I, comprende la problemática relacionada con los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra, los objetivos y la justificación e importancia

Capítulo II, se refiere a las todas las referencias bibliográficas y teoría que sirvieron de teoría base para estructurar el marco teórico, fundamentación teórica, posicionamiento personal, glosario de términos, matriz categorial.

En el Capítulo III, se destacó la metodología, es decir se refiere al tipo de investigación que se efectuó, los métodos, técnicas e instrumentos para recopilar la información. La investigación fue de tipo de campo con una población completa investigada.

Capítulo IV, se presentó el análisis e interpretación de los resultados.

En el capítulo V, se elaboraron las conclusiones y recomendaciones en relación con el análisis e interpretación de los resultados.

Capítulo VI, se presentó una solución viable al problema, la misma que está estructurada de la siguiente manera:

- La propuesta
- Título de la propuesta
- Justificación de la propuesta
- Fundamentación de la propuesta
- Objetivos
- Justificación e Importancia
- Ubicación sectorial y física

- Descripción de la propuesta

## **CAPÍTULO I**

### **1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1 ANTECEDENTES**

El fútbol es uno de los deportes más practicados en todo el mundo, tanto a nivel popular como profesional. Pero la historia del fútbol, lejos de estar ligada siempre a la grandeza de un deporte popular, ha estado sujeta a los avatares de la historia de la humanidad y adaptándose a una cultura hasta llegar a convertirse en lo que hoy conocemos por fútbol.

El eje fundamental de las escuelas de fútbol a nivel mundial, es la formación deportiva a través de la práctica del fútbol, reforzando su intervención mediante la entrega de valores humanos y trabajo con la familia.

A través de las Fundaciones o escuelas se les entrega la posibilidad de mejorar su calidad de vida abriendo nuevas expectativas y las puertas a la Educación superior.

Los niños de las escuelas de todo el universo, que manejan procesos de enseñanza- aprendizaje y objetivos claros a corto medio y largo tiempo dentro de una correcta planificación, organización, control y evaluación de la formación deportiva por excelencia reciben, entre otros beneficios, atención preventiva médica y dental, atención psicológica y socio familiar, becas

estudiantiles, vestuario deportivo, apoyo escolar y nutricional.

Además, participan en actividades culturales y recreativas, en talleres y capacitaciones orientados a reforzar lazos de compañerismo y sana convivencia.

En el Ecuador pocas escuelas muestran una filosofía similar a las grandes academias formativas del fútbol mundial.

En los países más cercanos a Ecuador encontramos a Brasil, Argentina y México como un ejemplo en el manejo de instituciones formativas de niños con fines fructíferos y objetivos logrados en el desarrollo del aprendizaje del fútbol y la formación personal.

En nuestro país la Academia Alfaro Moreno es una de las escuelas que busca el crecimiento de los niños y adolescentes bajo una misma planificación deportiva en diversas regiones del Ecuador.

El jugador de la Academia Alfaro Moreno debe tener un sello de calidad independientemente de la región de la cual provengan..."Buen hijo, buen estudiante, buen jugador, y apasionado por lo que hace, agradeciéndole a Dios la bendición de tener una institución repleta de oportunidades.

En Imbabura existen muchas escuelas dedicadas a la práctica y enseñanza de fútbol para niños y adolescentes, pero en realidad no se sabe con certeza cuál es la filosofía que tienen como una institución

deportiva de lo cual se refiere a una escuela formativa direccionada a la enseñanza del fútbol.

Muchas de estas instituciones son creadas con fines de lucro y la realidad es que poco o casi nada desarrollan la teoría y práctica de fútbol en los niños y adolescentes. La mayoría de los padres de familia que llevan a sus hijos a la escuela de fútbol, muchas veces desconocen los objetivos que se pueden cumplir y cual mismo es la finalidad de una escuela de fútbol.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En el trabajo con los niños en la enseñanza y perfeccionamiento del fútbol se dan errores graves; como, el no trabajar una educación física de base sobre la que después se asentará el trabajo de adultos, el no corregir los defectos técnicos del deportista, proponer al alumno metas sin especificar el modo o camino de alcanzarlas y, por encima de todo, no seguir unas etapas reales.

El ejemplo puede ser más claro si lo llevamos al terreno de la enseñanza intelectual. Imaginemos a un estudiante en la primera etapa de primaria; apenas ha aprendido a leer y escribir, pero sus padres y maestros ya creen descubrir en él cierta tendencia y afición por las letras. Imaginemos también en el pequeño que se decidiera iniciarle en el estudio de la literatura. Por supuesto se haría reduciendo campos, desechando algunos periodos históricos y suprimiendo ciertas tendencias literarias de difícil comprensión para su infantil intelecto, con ello se habría pasado etapas tan importantes en la formación de la mente del niño como las de escuchar cuentos, narrar sus propias experiencias o desarrollar su fantasía sobre el papel.

En este proceso evidentemente tienen también gran culpa los padres de los propios deportistas. Creyendo tener conocimientos, propugnan en su gran mayoría un entrenamiento parecido al de los profesionales e, incluso, aprovechan los periodos vacacionales para, en vez de permitir el necesario descanso del niño deportista, sobrecargarle con entrenamientos pocos científicos. Por ello hay que determinar de un modo claro que no se puede pretender obtener un campeón de un hombre que ha llegado a la etapa de adulto sin un desarrollo progresivo y completo de todo su complejo psiconeuro-artículo-muscular.

Los valores humanos que los niños adquieren tanto dentro del hogar como en la sociedad sin duda alguna son principales causantes de su personalidad y relación con la sociedad, generando la construcción de su propio subsistema psicosocial.

En un gran porcentaje los entrenadores de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra de la provincia de Imbabura no poseen un nivel académico experimentado que realmente les permita ser quienes estén al frente de la dirección de los niños para su formación integral y deportiva.

La mayoría de monitores deportivos, sin tener una adecuada planificación, la incorrecta utilización de la metodología, la mala aplicación de los principios del entrenamiento y fundamentalmente el desconocimiento de la didáctica y pedagogía, influyen en el desarrollo de la teoría y práctica del fútbol direccionado a los niños, quienes adoptan malos hábitos en el proceso enseñanza aprendizaje sin poderse cumplir los objetivos del deportista tanto personales, familiares e institucionales.

Los niños y adolescentes en ocasiones suelen repetir lo que escuchan u observan, replican sin pensar, ejecutan sin elaborar-, siendo muchas veces los entrenadores principales responsables de la formación integral de los deportistas. Inevitablemente todos hemos caído alguna vez en lo mismo de siempre; darnos cuenta y seguir haciéndolo, se podría describir como una necia actitud. Intentar un concepto distinto es un buen primer paso. Haber construido un enfoque diferente es el anhelo. Pero nadie llega a tener su propio estilo, al momento de abordar un fenómeno, de manera espontánea.

La monotonía en los procedimientos del entrenamiento del fútbol, produce fatiga mental y no permite su desarrollo integral y deportivo.

### **1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuáles son los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año 2012-2013?

### **1.4 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA**

#### **1.4.1 Delimitación temporal**

La investigación se realizó en el periodo 2012-2013.

#### **1.4.2 Delimitación espacial**

Fue en los diferentes lugares donde se realizan los entrenamientos las

diferentes escuelas de fútbol expuestas a continuación: Escuela Juvenil Caleño, Academia Agustín Delgado, Escuela El Nacional, Escuela San Antonio, Escuela Alberto Spencer, Escuela Teodoro Gómez, Escuela Esencia Indígena y Escuela de LDU.

### **1.4.3 Unidades de observación**

El objeto de observación fueron los niños de 8 a 10 años de las diferentes escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra.

## **1.5 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1 Objetivo general**

➤ Determinar los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año 2012-2013.

### **1.5.2 Objetivos específicos**

- Analizar sobre los factores psicológicos y fisiológicos que inciden en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra.
- Establecer los niveles de conocimientos de los entrenadores sobre los procesos de enseñanza del fútbol para una correcta formación deportiva de los niños en las edades de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra.

- Determinar el nivel de aprendizaje de habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra.

## **1.6 JUSTIFICACIÓN**

Es importante acotar algunas ideas sobre el debate clásico, el jugador nace o se hace. Creemos importante aclarar esta cuestión. Cada vez es más indudable la importancia del entrenamiento y las experiencias que tiene el deportista en comparación con las cualidades innatas, especialmente en fútbol. En el fútbol, donde se desarrolla las habilidades para el tratamiento de la información, es decir habilidades para ver al compañero, balón, oponentes en constantes cambios y a diferentes velocidades, es más importante que el componente genético. En el fútbol los componentes son muy diversos, psicológicos, físicos y sociales.

Entonces se apuntará a la fomentación del deporte social, tratando que las escuelas de fútbol sea un complemento de las actividades pedagógicas que los niños reciben en sus respectivas escuelas a las que asisten. Inculcando que el fútbol es un deporte de conjunto, que por lo tanto requiere de integración de sus participantes. Y que fundamentalmente nos va dar amigos dentro y fuera de la escuela.

La razón fundamental de realizar esta investigación fue debido a que tradicionalmente, muy a pesar en muchos de nosotros, cuando se habla de fútbol, ya sea de iniciación, formación o de alto rendimiento, en la mente de la mayoría de entrenadores y directivos se acentúan slogans o títulos como: goles, puntos, campeonatos. En realidad no asimilamos que los niños son el material humano del entrenador que a largo plazo va a representar

un fruto de un proceso de enseñanza - aprendizaje dentro de un círculo llamado sistema deportivo dentro del cual generan grandes consecuencias en la formación integral y deportiva de los niños a medida de las circunstancias y de su desarrollo serán los actos propios de quienes los guiaron.

Esta investigación beneficia a todos los niños de las diferentes escuelas de fútbol, entrenadores titulados, monitores, dirigentes deportivos, padres de familia y la sociedad Ibarreña; los niños ven al entrenador como educador, motivador, consejero o modelo, entonces los llamados a generar el cambio somos los entrenadores que tendrán una visión y misión diferente a la que se está empleando hoy en día sin tener éxito alguno.

Los entrenadores deberán tener una mejor preparación psicopedagógica ya que en sus manos están gran parte de la niñez de Ibarra que son seres que lo único que quieren es aprender y si desarrollamos correctamente el entrenamiento del fútbol con una adecuada planificación, control y evaluación, sin duda que los resultados provocaran cambios fructíferos en la sociedad.

Motivó a la realización de esta investigación poder generar conocimiento sobre la formación integral y deportiva de los niños de las escuelas de fútbol.

## **1.7 FACTIBILIDAD**

Todos los recursos que se necesitó para esta investigación fueron cubiertos por el investigador.

Las instituciones deportivas brindaron todas las facilidades para la realización de esta investigación, en razón de que el aporte que pueda brindar las conclusiones y recomendaciones sean beneficiosas en función del deporte y la niñez que les permitan generar conocimiento y desenvolverse de mejor forma en el campo de acción.

## CAPITULO II

### 2 MARCO TEÓRICO

#### 2.1 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

##### 2.1.1 Fundamentación Sociológica

Teoría Socio- Crítica

José L. López de Elizaga, (2012),

**“El enfoque socio-crítico recibe la objeción de que no es conocimiento verdaderamente científico, sino una forma dialéctica de predicar el cambio y la alteración del orden social existente, en función de criterios de emancipación y concienciación. Jürgen Habermas sostiene que las interacciones humanas no pueden quedar reducidas únicamente al mundo del trabajo o de la producción porque el hombre se configura desde otros ámbitos que él denomina “interacciones comunicativas” desde las cuales los hombres crean y transmiten valores y son capaces de desplegar una racionalidad práctica en su vida cotidiana” (pág. 19)**

Las limitaciones económicas de las familias, el escaso apoyo cultural, enfermedades, desnutrición, marginalidad, etc. Son factores sociales propios de los pueblos subdesarrollados que por determinadas circunstancias históricas, afrontamos serias limitaciones que

comprometen la vida, el crecimiento y la educación de las nuevas generaciones.

La infancia es una edad de la vida que tiene su funcionalidad y su finalidad, regida por leyes propias y sometidas a necesidades particulares. El entrenamiento debe entonces garantizar al niño la posibilidad de vivir su infancia felizmente.

De esta postura se desprende que no hay aprendizaje efectivo si no se parte de los intereses y necesidades del niño.

### **2.1.2 Teoría cognitiva**

Kathleen Stassen Berger, (2007),

**“La teoría cognitiva se enfatiza en la estructura y el desarrollo del pensamiento, según esta doctrina, nuestros pensamientos y expectativas afectan profundamente nuestras actitudes, creencias, valores, supuestos y acciones. Piaget (1896 -1980), además propuso que el pensamiento de los niños cambia a lo largo del tiempo y con las experiencias adquiridas con el mundo físico y estos procesos de pensamiento siempre influyen en la conducta” (pág. 46)**

En la actualidad los entrenadores y deportistas están ligados a una serie de factores psicológicos y fisiológicos dentro y fuera del entrenamiento deportivo, los cuales producen efectos, bien sea positivos

o negativos en el contexto de la formación deportiva. Factores que de hecho intervienen en la adquisición de experiencias de los niños y se reflejan en su composición personal.

### **2.1.3 Fundamentación Pedagógica**

Teoría Naturalista

George S. Morrison, (2008),

**“El naturalismo es la educación que sigue el desarrollo natural de los niños y no fuerza el proceso de educación. Permite el crecimiento de los seres humanos sin interferencias o restricciones indebidas; esta educación debe fomentar cualidades como la felicidad, la espontaneidad y la curiosidad permitiendo a los maestros ofrecer experiencias a los niños donde puedan desarrollar sus habilidades naturales” (pág. 61)**

El proceso de formación de la personalidad abarca el conjunto de transformaciones mediante las cuales el niño 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.

La educación transcurre durante toda la vida del hombre. La educación de la personalidad es un proceso que necesita de la interrelación permanente entre la asimilación de los conocimientos y el desarrollo de la personalidad, ambos elementos constituyen una unidad indisoluble. En tal

sentido el proceso de enseñanza-aprendizaje en el deporte, expresado este en el entrenamiento deportivo, constituye en una vía para la formación y desarrollo de la personalidad de los alumnos-atletas.

#### **2.1.4 Fundamentación Epistemológica**

Teoría Constructivista

Juan Catejón y Leandro Navas, (2009),

**“El constructivismo se emplea para denominar un conjunto de ideas acerca de la producción del conocimiento y su construcción por grupos. (Larrochelle y Bednarz, 1998). Se basa en dos principios, el primero que el conocimiento es construido de manera activa por el sujeto, y el segundo, que la función de la cognición es más la de organizar la experiencia propia del sujeto que la de reflejar la realidad objetiva que se pretende conocer” (pág. 116)**

En el entrenamiento deportivo se debe construir el conocimiento en los niños paso a paso, primer que el niño recepte el conocimiento con su sensibilidad, luego memorice y finalmente experimente todo lo transmitido por los entrenadores, construyendo de esta forma su propio conocimiento.

#### **2.1.5 Fundamentación del Fútbol**

Walter Bucher y Bernhard Bruggmann, (2010); “Si preguntamos a los niños porque juegan el fútbol, suelen contestar lo siguiente: “Porque lo

pasamos bien”. Con esta respuesta exigen de nosotros los adultos, que les dejemos jugar y vivir el fútbol. El concepto de este juego es sencillo, se trata de conseguir goles frente a la oposición del adversario y a su vez evitar que los marquen” pág. 8

#### **2.1.5.1 El Balón**

Luis Manuel Benítez, 2008; “El balón es un cuerpo esférico, con una circunferencia de 27 – 28 pulgadas; la parte exterior es de cuero o de algún otro material permitido. Al principio del juego debe pesar 14 – 16 onzas, y estar inflado a una presión de 0,6 – 0,7 atmósferas a nivel del mar. (9,0 – 10,5 libras por pulgada cuadrada)” pág. 14

#### **2.1.5.2 Las Reglas del Fútbol**

Luis Manuel Benítez, 2008; Son normas por las que se rige el desarrollo del juego y que son específicas para cada deporte, que determinan además sus aspectos formales, materiales auxiliares para el juego y las relaciones entre los compañeros y los adversarios. Se necesita de su respeto para que el juego se desarrolle con normalidad. Pág. 17

#### **2.1.5.3 Los niños y el fútbol**

Luis Manuel Benítez, (2008);

**“El futbol en el niño constituye una actividad recreativa, ya que por medio del juego hace activo lo que en ocasiones sufre pasivamente. El niño al jugar exterioriza sus alegrías, miedos, angustias, y es el**

**juego, el que le ofrece la posibilidad de elaborar una serie de experiencias que se suceden a lo largo de las diferentes etapas de desarrollo, como por ejemplo, la socialización natural con niños de edades similares en entornos cercanos o compartidos, tal cual son barrios, escuelas o vecindades” Pág. 28**

#### **2.1.5.4 La Metodología**

Luis Manuel Benítez, 2008; “La metodología es una manera de entender el sentido de la investigación participativa, que se hace necesario precisar, como la interacción de elementos formativos de una conducta a través de una práctica compartida de experiencias, que genera un proceso de enseñanza – aprendizaje mediante el juego de fútbol”. pág. 57

##### **2.1.5.4.1 Métodos de Enseñanza.**

Luis Manuel Benítez, 2008; “Es el medio que utiliza la didáctica para la orientación del proceso enseñanza-aprendizaje. La característica principal del método de enseñanza consiste en que va dirigida a un objetivo, que incluye las operaciones y acciones dirigidas al logro de este como son: la planificación y sistematización adecuada” pág. 62

##### **2.1.5.5 Entrenamiento del Fútbol**

El fútbol se ha dividido teóricamente en cuatro partes:

- **Entrenamiento Físico:**

Francisco J. Molina Caballero 2008; “Esto tiene relación con la preparación que debe poseer el jugador para ejecutar el fútbol como tal y poder moverse de modo de no cansarse y realizar de manera óptima todos los desplantes y movimientos dentro del campo de juego”. pág. 37

- **Entrenamiento Técnico:**

Francisco J. Molina Caballero 2008; “Este punto guarda relación acerca de la forma de realizar las distintas jugadas en el fútbol, este es quizás la parte en donde existen más falencias porque es la parte que requiere mayor preparación y la más difícil de alcanzar de modo óptimo por el futbolista”. pág. 45

- **Entrenamiento Táctico :**

Francisco J. Molina Caballero (2008);

**“Parte del juego que corresponde al entrenador o preparador del equipo, ya que es él quien debe encargarse de este punto e implementar los movimientos tácticos a utilizar por el equipo para intentar derrotar al equipo contrario. Pero a la vez el jugador juega el papel de poner en práctica las instrucciones dadas por el entrenador en el campo de juego, cada movimiento individual y también colectivo, tanto con el balón en movimiento como en balón parado” .pág. 82**

- **Entrenamiento Psicológico:**

Francisco J. Molina Caballero (2008); “Corresponde al estado anímico y mental del jugador, y es una parte importante dentro del juego porque de esto depende la mentalidad con la que el jugador va enfrentar el partido”. pág. 123

### **2.1.5.6 Fundamentos Técnicos**

Manuel Vázquez Montalbán, (2008); “Los fundamentos técnicos son acciones que primero se enseñan y luego se entrenan. Se presentan muy pocas veces separados entre sí. Muchas veces los movimientos parciales y los elementos técnicos se entrelazan” pág. 37.

#### **2.1.5.6.1 Superficies de contacto con el Balón**

1) **El Pie.** Es la parte del cuerpo que en el fútbol se usa más.

**Planta del Pie.-** Sirve para semiparar, parar, desviar, conducir, pasar, driblear.

**Empeine.-** Sirve para amortiguar, pasar largo, rematar (volea, semivolea), chalaca.

**Borde Interno.-** Sirve para darle la mayor seguridad al destino del balón. También sirve para semiparar, amortiguar, desviar, rematar (penal), conducir, driblear, pasar.

**Borde Externo.-** Se utiliza para engañar, semiparar, amortiguar, desviar, conducir, driblar, rematar (tiro libre), pasar (pared corta).

**Punta.**- Se utiliza en situaciones de urgencia (rechazos), (disparos instantáneos), sirve también para desviar, pasar, rematar.

**Taco (talón).**- Sirve para emergencias en jugadas de distracción o lujo.

**Rodilla.** Sirve para pasar, amortiguar.

**Muslo.** Sirve para proteger, dominar, amortiguar, desviar, pasar.

**El Pecho.** Sirve para amortiguar, desviar, pasar, anticipar.

**Los Hombros.** Sirven para pasar y amortiguar.

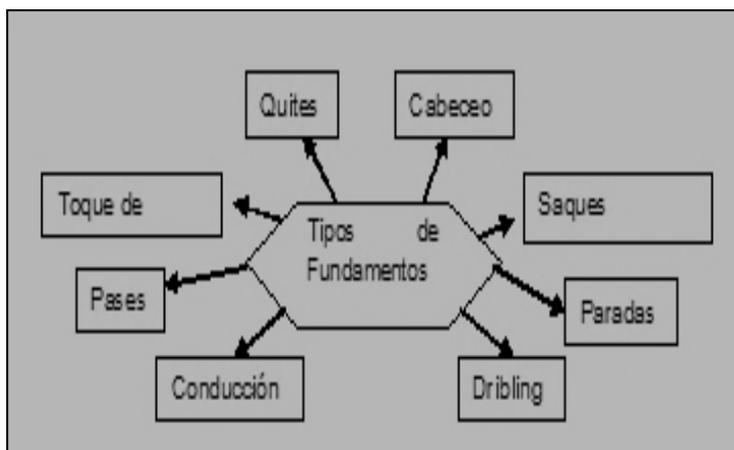
**La Cabeza.** Sirve para cabecear, amortiguar, conducir, desviar, rematar, anticipar.

#### **2.1.5.6.2 Dominio del Balón**

Manuel Vázquez Montalbán, (2008),

**“Es una acción (malabarismo) que consiste en controlar el balón la mayor cantidad de tiempo sin dejarlo caer al piso. Es necesario desarrollar este fundamento para la acción de juego. Este control del balón a través de la acción técnica busca llegar a la “pericia técnica” que es la técnica depurada y desarrollada dentro de la dinámica del fútbol actual. Es también una forma de familiarizarse con el balón y a la vez ir mejorando la coordinación con él”**  
pág 89

Cuadro # 1 (Tipos de fundamentos)



Fuente: Fútbol medios de entrenamiento con balón (Horst Wein 2008),pág. 27

### **Toques de la Pelota.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es el contacto que existe entre el pie y la pelota para darle movimiento según las circunstancias (Dando fuerza y dirección)” pág. 95

### **Pases.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es la acción de dirigir el balón al compañero, el cual constituye el primer elemento de conjunto. Se puede realizar con cualquier parte del cuerpo, pero es muy importante y aconsejable con el borde interno del pie” pág. 95

### **Conducción.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es la acción de llevar el balón de un sitio a otro sin obstáculos o evadiendo los mismos con una gran habilidad” pág. 96

### **Dribling.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es la acción de evitar que le quite alguien el balón o evitar tocar que tope algún obstáculo siempre teniendo en cuenta como elemento principal su cuerpo” pág.96

### **Paradas.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es la acción de controlar el balón y dejarlo inmóvil” pág. 96

### **Cabeceo.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es la acción de golpear la cabeza con el balón cuando el mismo se encuentra por aire; tiene la aplicación en gran parte en las acciones que se desarrolla en un juego de fútbol” pág. 97

### **Quites de balón.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “Es la acción de arrebatarse el balón al adversario como indica el reglamento; el mismo que plantea a un fundamento técnico y otro táctico, el técnico considera las formas de disputar el balón y el táctico las situaciones en que el jugador va en busca del contrario que controla la pelota” pág. 97

## **Saques laterales.**

Manuel Vázquez Montalbán, 2008; “La ley de reglamento señala que el jugador en el momento de lanzar la pelota al campo de juego deberá estar de frente al campo de juego, y parte de cada pie estará sobre o detrás de la línea lateral” pág. 98

### **2.1.5.6.3 La Técnica**

Torrelles y Frattarola, (2006); “Es el conjunto de acciones que un jugador puede realizar en un contacto con el balón, con las limitaciones establecidas por el reglamento” pág. 52

Según la situación en la que se realicen estas acciones distinguimos dos aspectos:

#### **Habilidad**

Torrelles y Frattarola, (2006); “Es cualquier acción realizada con el balón en la que no existe ningún tipo de oposición, por lo que intervienen de forma casi exclusiva factores de coordinación (relación jugador – balón)” pág.52

#### **Técnica (propriadamente)**

Torrelles y Frattarola, (2006); “Es la acción de un determinado nivel de habilidad de una acción, relacionándola con los aspectos tácticos, psicológicos y físicos que intervienen en la jugada” pág. 52

Cuadro # 2 (Principios ofensivos y defensivos)

<b>PRINCIPIOS OFENSIVOS</b>	<b>PRINCIPIOS DEFENSIVOS</b>
Salidas	Repliegues
Ataque	Temporizaciones
Contraataque	Vigilancia
Apoyos	Coberturas
Rotaciones	Permutas
Desmarques	Marcajes
Espacios Libres	Pressing
Vigilancia	Anticipaciones
Paredes	Cargas
Conservación del balón	Entradas
Temporizaciones	Interceptaciones
Ritmo de juego	
Progresión en el juego	
Control del juego	

**Fuente:** Fútbol medios de entrenamiento con balón (Horst Wein, 2008).pág. 20

### **2.1.5.7 Principios ofensivos**

#### **Salidas.**

Horst Wein, (2008); “Es el conjunto de movimientos variados que un equipo debe tener estudiadas para sacar el balón desde su campo al rival

de forma rápida” pág. 18

### **Ataque.**

Horst Wein, (2008); “Acción que tiene como fin u objetivo lograr la consecución de un gol en la portería contraria” pág. 19

Hay tres fases fundamentales:

- 1.-Apertura
- 2.-Elaboración
- 3.- Finalización

### **Contraataque.**

Horst Wein, (2008); “Es el paso brusco de la defensa al ataque, debe ser realizado en el menor tiempo posible para evitar que se coloque la defensa” pág. 20

### **Apoyos.**

Horst Wein, (2008); “Son todas aquellas evoluciones que realizan los jugadores para facilitar la acción del compañero que posee el balón” pág. 20

### **Bloqueo.**

Horst Wein, (2008); “Es la acción mediante la cual sin existir contacto físico por parte del que lo realiza, se impide el paso a cualquier contrario para que acceda al balón que posee un compañero o que está en disposición de recibirlo” pág. 20

**Rotaciones.**

Horst Wein, (2008); “Son los intercambios de posiciones de los jugadores de un equipo, mediante las cuales intentando el ataque, se consigue mantener el equilibrio del conjunto ante una posible pérdida del balón” pág. 21

**Desmarques.**

Horst Wein, (2008); “Acción de escapar de la vigilancia de un defensor sorprendiéndolo, tratando de recibir el balón en situación ventajosa para conseguir gol o mantener la posesión del balón. Se consigue mediante fintas, amagos, cambios bruscos de dirección, etc.” pág. 21

**Espacios Libres.**

Horst Wein, (2008); “Son aquellos espacios vacíos de la cancha que debemos de aprovechar para conseguir el fin de nuestra acción” pág. 21

**Vigilancias.**

Horst Wein, (2008); “Acciones mediante las cuales mantenemos vigilados a los jugadores rivales, a pesar de tener la posesión del balón, en prevención de un posible contraataque” pág. 22

**Paredes.**

Horst Wein, (2008); “Acciones realizadas entre dos o más jugadores a un solo toque de balón y salvando contrarios. Son acciones que podríamos considerar prácticamente técnico-tácticas al entrar en juego el balón” pág. 22

**Conservación del balón.**

Horst Wein, (2008); "Acciones que tienen como fin mantener el balón en nuestro poder el tiempo necesario para alcanzar nuestro objetivo. El Reglamento sanciona el intercambio de pases sin ningún motivo aparente; aunque en la práctica es imposible que se sepa si perdemos el tiempo o elaboramos una jugada." Pág. 22

**Temporizaciones.**

Horst Wein, (2008); "Es una acción realizada con astucia para dar tiempo a los compañeros a tomar parte de la acción global del equipo" pág. 23

**Ritmo de Juego.**

Horst Wein, (2008); "Acciones continuadas que se desarrollan en el transcurso del juego con una determinada velocidad e intensidad" pág. 23

**Cambio de Ritmo.**

Horst Wein, (2008); "Cuando hay una alteración en el ritmo de Juego, decimos que ha habido un Cambio de Ritmo" pág. 23

**Cambios de Orientación.**

Horst Wein, (2008); "Son aquellos cambios de trayectoria que sufre el balón en su rodar por la cancha y que modifican sustancialmente la dirección del juego" pág. 24

**Progresión en el Juego.**

Horst Wein, (2008); “Son las acciones de un equipo llevando o enviando el balón en sentido perpendicular a la portería contraria” pág. 24

**Control del Juego.**

Horst Wein, (2008); “Son todas las acciones que los jugadores de un equipo realizan para controlar en todo momento el desarrollo del juego durante el partido (dentro de la cancha y con el balón en juego)” pág. 25

**2.1.5.8 Principios defensivos****Repliegues.**

Horst Wein, (2008); “Son los movimientos hacia la meta propia de los jugadores de un equipo que han perdido el balón y volver a las posiciones para defender” pág. 26

**Temporizaciones.**

Horst Wein, (2008); “Aquellas acciones que, con engaño, se realizan con el objetivo de ganar tiempo para colocar la defensa sobre las evoluciones del contrario” pág. 26

**Vigilancias.**

Horst Wein, (2008); “Acciones que realizan los defensores sobre los adversarios que aparentemente no intervienen en el juego de una forma inmediata” pág. 26

**Coberturas**

Horst Wein, (2008); "Acción que realiza un jugador defensor sobre un compañero que puede ser desbordado por el contrario que es poseedor del balón" pág. 26

**Permutas**

Horst Wein, (2008); "Acción de ocupar la posición del compañero que nos ha hecho la cobertura, una vez que hemos sido rebasados" pág. 27

**Marcajes.**

Horst Wein, (2008); "Acción que se realiza sobre los jugadores contrarios para impedir que reciban el balón o lo puedan jugar" pág. 27

**Pressing.**

Horst Wein, (2008); "Es la presión que se realiza con mayor o menor intensidad sobre alguno o todos los jugadores contrarios para evitar su progresión o recuperar lo antes posible el balón" pág. 28

**Anticipaciones.**

Horst Wein, (2008); "Movimiento que realiza un jugador defensor hacia el balón que tiene que recibir un adversario, adelantándose a su oponente con el fin de alcanzarlo antes que él" pág. 28

**Cargas.**

Horst Wein, (2008); "Acción de un jugador sobre su adversario "cargándole" reglamentariamente en la disputa del balón" pág. 29

### **Entradas.**

Horst Wein, (2008); “Acción que realiza un jugador defensor sobre el jugador adversario en posesión del balón con la intención de arrebatárselo” pág. 29

### **Interceptaciones.**

Horst Wein, (2008); “Acción mediante la cual se impide que el balón llegue a su objetivo, desviándolo de su trayectoria o interrumpiéndola. Para diferenciar la interceptación diremos que la anticipación adivinamos la intención del contrario y nos anticipamos a él; mientras que la intercepción es una acción directa sobre el balón” pág. 30

### **Control del Partido.**

Horst Wein, (2008); “Son todas las acciones que antes y durante el partido lleva a cabo el entrenador para el control del mismo” pág. 30

### **2.1.6 Factores**

Francisco Calderón Montero, (2007),

**“Los factores que inciden en el crecimiento, maduración y desarrollo son múltiples e interrelacionados (Malina – Bouchard, 2004). El crecimiento de un niño es el producto de la interacción compleja de factores genéticos, biológicos, nutricionales y psicológicos, siendo estos los causantes directos de la transformación de los hechos visualizándose un mejoramiento o un retraso en el rendimiento deportivo” pág. 501**

### **2.1.6.1 Factores psicosociales**

Francisco Calderón Montero, (2007),

**“Son aquellas condiciones que se encuentran presentes en una situación laboral y que están directamente relacionadas con la organización, el contenido del entrenamiento y la realización de la tarea, y que tienen capacidad para afectar tanto al bienestar o la salud (física, psíquica o social) del deportista, como al desarrollo del ejercicio. Los factores psicosociales son susceptibles de provocar daños a la salud de los niños, pero también pueden influir positivamente en la satisfacción y, por tanto, en el rendimiento” pág. 502**

### **2.1.6.2 El contexto deportivo**

La familia, el grupo, la sociedad siguen siendo factores determinantes en el desarrollo humano. La necesidad del hombre de asociarse y vivir en comunidad ha propiciado el marco natural de desarrollo de las llamadas habilidades sociales. A lo largo de la historia de la humanidad, desde la época tribal hasta la sociedad contemporánea, la conducta del hombre ha estado sometida a las normas que imponía la sociedad del momento. Es por tanto el grupo social el escenario natural donde suceden las relaciones interpersonales entre los individuos.

El entorno deportivo desde siempre, y hoy en día mucho más, tiene un enorme calado social. El papel central que desempeña el deporte en nuestra sociedad, reclama una reflexión profunda de todos los agentes sociales, más cuando la transformación radical de los modelos

sociales dominantes, están poniendo en peligro las estructuras de un deporte tradicional.

Adaptado de la revista, Centros Educativos Seguridad y Salud Capítulo I. Módulo II. (Año 2010) Factores psicosociales (pág. 165).

### **2.1.6.3 Factores psicológicos**

García Fernando (2008),

**“Los factores que han influido en el desarrollo y evolución del deporte tienen un marcado carácter social frente a los ya tradicionales, y son, el desarrollo de nuevos materiales deportivos, el desarrollo de las masas, la teoría constitucional antecesora de los reglamentos deportivo o las exposiciones internacionales antecesoras de los grandes encuentros deportivos” (p 54).**

José María Buceta (2010),

**“La Psicopsicología del Deporte es el área de la Psicología Social que estudia, no sólo, el comportamiento y el pensamiento de los individuos y de los grupos en los contextos de ejercicio físico-deportivo de recreación y de las competiciones deportivas; sino además los beneficios psicológicos asociados a la práctica deportiva” pág. 78**

Verkhoshanky (2011), “La capacidad para coordinar los movimientos viene

determinada por una serie de factores psicofisiológicos, por el movimiento se ejecuta según se representa en la mente de dichos movimientos” (pág. 246).

José María Buceta (2010),

**“Objetivar la eficacia de los programas de entrenamiento. Ayudar a identificar a los entrenadores y deportistas los factores que influyen en su comportamiento. Asesor del entrenador sobre sus propias relaciones con los deportistas y de ellos entre sí. Preparar psicológicamente al/los niños deportistas mediante técnicas adecuadas al tipo de deporte y a las peculiaridades de cada deportista”** pág. 85

José María Buceta (2010),

**“Es el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la intensidad de la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y en el último término el rendimiento”** pág. 65

#### **2.1.6.4 El Entrenador como Formador**

Mauro Valenciano Oller, (2008),

**“La necesidad de que los entrenadores actúen como educadores es ya planteada por algunos autores desde hace bastante tiempo (López Cuadra, 1998). Esto implica que el entrenador debe conocer lo que enseña, saberlo enseñar y educar, todo ello de forma integral.**

**Autores como Krause (2001) ven en el entrenador a una figura que debe ayudar a los jugadores a mejorar su formación personal y deportiva. Otros autores como Montiel (1999) ven al entrenador como educador y formador, sobre todo en la base, o Cohén (2001) que plantea que el entrenador es la figura más importante junto a la familia en la motivación del jugador durante los primeros años de práctica” pág. 149**

Orfeo Suarez, (2011),

**“El principal papel del entrenador es el de maestro, que será uno de los aspectos comunes a todos los entrenadores. Esto implica que el entrenador plantee las actividades de forma adecuada, que utilice técnicas de motivación acertadas, que individualice o que la comunicación con los jugadores sea efectiva” pág. 136**

Torrelles y Frattarola, (2008); “Entienden al entrenador como educador, y sus funciones serán formar jugadores y preparar equipos utilizando una metodología que tenga en cuenta, sobre todo, al propio jugador” pág. 341

El entrenador es un factor determinante en el proceso de enseñanza-aprendizaje del fútbol, de él dependerá la formación completa del niño.

#### **2.1.6.4.1 Características básicas del entrenador**

Walter Bucher y Bernhard Bruggmann, (2010); "Los entrenadores

deben tener formación específica, respeto por los valores éticos y profesionales, vocación para enseñar a niños y jóvenes y capacidad de comunicación" pág. 87

José María Buceta (2010), "El entrenador del deporte de base no sólo puede tener o adquirir conocimientos y competencias de tipo exclusivamente técnico, sino que es más importante tener cualidades como educador" pág. 89

Walter Bucher y Bernhard Bruggmann, (2010); "El entrenador debe conocer bien a sus jugadores y saber sus intereses e inquietudes para poder conectar con ellos. Deberá ser un experto en lo que enseña o ir formándose para ello, utilizar una metodología adecuada, tener un alto componente de psicólogo y, por encima de todo, educar" pág. 274

#### **2.1.6.4.2 Relación entrenador y deportista**

Según Weinberg y Gould, (2010); las recomendaciones generales a los entrenadores para optimizar el desarrollo de destrezas deportivas, la autoconfianza y la diversión en sus jugadores:

Centrarse en la enseñanza y en la práctica de destrezas deportivas.

1. Cambia frecuentemente las actividades.
2. Establece expectativas realistas para cada niño en función de su edad y su repertorio previo.
3. Debe realizar demostraciones y dar instrucciones cortas y simples.
4. Recompensa no solo los resultados, sino también la ejecución técnica

correcta.

5. Recompensa el esfuerzo además del resultado.
6. Utiliza un enfoque positivo para corregir los errores.
7. Reduce los miedos de los niños para ejecutar nuevas tareas motrices.
8. Modifica las reglas para aumentar la acción y la participación de los jugadores. Pág. 156

La relación que se establezca entre el entrenador y el futbolista; o entre el docente y el alumno (desde el punto de vista educativo); determina en muchas ocasiones los motivos de cualquier persona para iniciarse y posteriormente formarse en un deporte concreto.

Entonces diríamos que el uso de las nuevas metodologías para la enseñanza del fútbol y, en especial, del denominado enfoque basado en la comprensión del juego, proporciona interesantes implicaciones psicológicas tanto para los deportistas como para los entrenadores, sobre todo, para potenciar la relación existente

#### **2.1.6.5 La Personalidad en el Fútbol**

Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010); "La personalidad, en términos generales se entiende la misma como conjunto de características, o combinación de las mismas, que hacen que una persona sea única e independiente" pág. 321

Orlick Terry, (2009), “Los grandes entrenadores se preocupan por sus deportistas como personas y atletas y los retan a superar sus límites y hacen de ellos todo lo buenos que pueden ser para la sociedad” pág. 351

Según Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010) existen 3 enfoques diferenciados de la Personalidad:

- 3 Enfoque del Rasgo: referente a las características del sujeto.
- 3 Enfoque Situacional: referido a los parámetros externos que inciden en la propia personalidad.
- 3 Enfoque Interactivo: combina los dos anteriores.

Cuadro # 3 (Visión esquemática de la estructura de la personalidad)



Fuente: Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010) pág. 322

La personalidad que posea el futbolista, sin duda va a determinar la conducta que éste pueda llevar a cabo durante los entrenamientos o los propios partidos. Si el deportista posee una personalidad fuerte y bien estructurada como consecuencia de la disciplina y el entrenamiento, las conductas que posea en momentos puntuales, de mayor o menor

trascendencia, serán cruciales para conseguir el éxito o el fracaso.

#### **2.1.6.5.1 La Motivación**

José María Buceta (2010), "La motivación es la clave del aprendizaje y el motor que dirige las acciones de las personas. Muchas son las razones que pueden explicar el alto índice de abandono del deporte pero una de ellas parece manifestarse en la iniciación como fundamental" pág. 63

#### **2.1.6.5.2 La Autoconfianza**

Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010); "La creencia de que uno puede llevar a cabo un comportamiento deseado de forma exitosa. Este comportamiento deseado podría ser anotar un gol en el fútbol, mantener un régimen de ejercicios, recuperarse de una lesión, lograr un saque ganador. Pero el común ganador es creer que uno hará bien el trabajo" pág 323

Las ventajas que proporciona la autoconfianza al futbolista son numerosas y en momentos claves o puntuales hacen que el deportista actúe de forma positiva, entre las más importantes tenemos:

- La confianza produce en el niño emociones positivas.
- La confianza facilita la concentración del deportista en la tarea realizada.
- La confianza influye en el logro de objetivos
- La confianza interfiere en las estrategias del juego.
- La confianza afecta a las demás variables psicológicas.

### **2.1.6.5.3 La Concentración**

Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010),

**“Es la atención en las señales pertinentes del entorno y mantenimiento de ese foco de atención”. Por lo tanto, la concentración consistiría en focalizar la atención sobre los aspectos más determinantes de la ejecución que estemos realizando, y a su vez, mantener este foco atencional durante el tiempo que perdure la tarea, aunque es evidente que este foco atencional puede fluctuar en momentos puntuales”**  
pág. 365

### **2.1.6.5.4 La Activación**

Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010); “Reacción general fisiológica y psicológica del organismo, variable a lo largo de un continuo que va desde el sueño profundo hasta la excitación intensa”. pág. 273

Hay que tener en cuenta el nivel de activación del futbolista a la hora de que este afronte una competición, e incluso a la hora de programar un entrenamiento determinado. Ser en todo momento conscientes de que altos niveles de activación pueden provocar situaciones de ansiedad si no existe una orientación cognitiva adecuada.

### **2.1.6.5.5 La Visualización**

Robert S. Weinberg y Daniel Gould, (2010), “La visualización es un proceso mental que conlleva la vuelta a la memoria de bloques de

información almacenados y el moldeamiento de los mismos hasta formar imágenes significativas". Se trata de una forma de simulación que se produce en la mente" pág. 295

La visualización implica una representación mental de acontecimientos en el que inevitablemente están implicados todos los sentidos.

A su vez, la visualización puede emplearse en infinidad de situaciones:  
Antes y después de los entrenamientos.  
Antes y después de la competición.  
Durante los descansos de la acción.  
En el tiempo libre del deportista.  
Durante la recuperación de lesiones.

### **2.1.7 Formación Integral Deportiva**

Francisco J. Orts, (2008),

**“La Formación Integral-Deportiva, indiscutiblemente se clasifica como un proceso de larga duración, por su puesto con un carácter totalmente perspectivo. En ella se distinguen varias fases o etapas que van desde la Iniciación del deportista hasta el arribo del mismo a la denominada Maestría Deportiva, que es la excelencia en el ámbito del deporte de competencia, significa la manifestación más equilibrada en cuanto al desempeño integral del deportista, tanto desde el punto de vista físico - funcional, motriz, psicológico, intelectual y moral, todo ello bajo la égida de un pedagogo - entrenador” pág 23**

José María Buceta (2010),,

**“El entrenador debe ser un educador que primero debe colaborar en la formación de personas y luego en formar deportistas, por lo que utiliza la actividad como medio para ayudar a la formación integral de niños. Esta formación implica que el entrenador en el proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte no solo se limitará a cuestiones técnicas y tácticas, sino que intentará transmitir valores, actitudes positivas y fomentando hábitos saludables. El entrenador de jóvenes jugadores educará a través del deporte , en aspectos como igualdad de oportunidades entre chicos y chicas, la superación personal, el trabajo en equipo, el derecho a participar , el cuidado del cuerpo o la utilización de la competición de forma correcta y formativa.” pág. 107**

#### **2.1.7.1 Formación integral**

Francisco J. Orts, (2008),

**“Definimos la Formación Integral como el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-deportivo), a fin de lograr su realización plena en la sociedad. Es decir, vemos el ser humano como uno y a la vez pluridimensional, bien diverso como el cuerpo humano y a la vez plenamente integrado y articulado en una unidad. Pág. 110**

### **2.1.7.2 Formación deportiva**

Manuel G. Zepeda, (2012),

**“La Iniciación deportiva es un proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional” pág.186.**

El fútbol infantil, es un deporte inicial, que pone a prueba todas las facultades con que cuenta un ser humano, además permite llevar a cabo una formación integral del ser humano, pues enfoca aspectos biológicos, psicológicos, sociales a lo largo de tantos y tantos factores que engloban la participación en un equipo, en una competencia y en un entrenamiento, es un deporte basto de posibilidades reales, que hace que el ser se forje de manera natural.

### **2.1.7.3 Pedagogía Deportiva**

Touriñan López J.( 2009); “Es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del individuo, a través del desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales, además de las habilidades motrices deportivas, influyendo igualmente de manera positiva en la conducta social de éste” pág 285.

Castellano Leoncio I. (2009); “Es el camino que lleva a investigar los

valores formativos que conlleven a enriquecer la praxis y el estudio de la fisiología del ejercicio, con el único objetivo del mantenimiento físico y la autoestima del deportista” pág. 9

### **2.1.8 El Entrenamiento Deportivo**

Manuel G. Zepeda, (2012),

**“Es un proceso pedagógico que se concreta en la organización del ejercicio físico, que varía en cantidad e intensidad, produciendo una carga creciente, que por una parte estimula los procesos fisiológicos de sobre compensación y mejora las capacidades físicas, tácticas y psíquicas del atleta, a fin de exaltarlo y consolidar su rendimiento. Por la otra parte dicho proceso activa las posibilidades cognoscitivas, tanto por la vía de la instrucción como del auto instrucción intelectual, contribuyendo de igual modo a la formación de la personalidad del deportista, a través de la preparación moral y volitiva en función de las necesidades y prioridades de la sociedad” pág.16**

Jorge de Hegedüs, (2008); “Proceso de adiestramiento o de elaboración de hábitos motrices. También puede significar un método (entrenamiento de duración), una forma organizativa (entrenamiento en circuito), o referirse al desarrollo de un factor del rendimiento deportivo (entrenamiento de la técnica)” pág. 8

Forteza Francisco (2011), “El trabajo que realiza el hombre depende del estado en que se encuentran sus órganos, aparato, sistema. Ante la

actividad el organismo responde de acuerdo con sus potencialidades así se observa el funcionamiento del aparato cardio vascular, respiratorio, etc. ante la carga” pág. 40

Desde el punto de vista pedagógico el entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico de preparación del organismo a los esfuerzos físicos y psíquicos intensos, dirigidos, desarrollados y graduados de forma sistemática y continúa con el fin de obtener altos resultados competitivos en un deporte determinado.

### **2.1.8.1 Principios del entrenamiento**

#### **Principio de especificidad**

Jorge de Hegedüs, (2008); “El cumplimiento de ejercicios específicos producirá efectos biológicos específicos y adaptaciones al entrenamiento dentro del cuerpo que serán únicos para la actividad realizada para ese organismo en ese tiempo específico” pág. 23

#### **Principio de sobrecarga**

Jorge de Hegedüs, (2008); “La sobrecarga no es lo mismo que exceso de trabajo, sino un esfuerzo selectivo para estimular la respuesta de adaptación deseada sin producir agotamiento o esfuerzo indebido” pág. 22

#### **Principio de continuidad**

Jorge de Hegedüs, (2008); ”Debe haber continuidad de una carga con

respecto al tiempo tanto para el acondicionamiento general como específico, significando que: - El proceso de entrenamiento debe planificarse sobre la base de todo un año que se adecúe a un desarrollo de muchos años o a un plan de especialización” pág. 21

### **Principio de regularidad**

Jorge de Hegedüs, (2008); “Casi cualquier género de entrenamiento acrecentara o ayudara al rendimiento de algún modo, pero solo si se lo realiza regularmente” pág. 23

### **Principio de reversibilidad**

Jorge de Hegedüs, (2008); “Todo parámetro fisiológico, que se gana lentamente y en un lapso prolongado se mantiene con más facilidad y se pierde con más lentitud que las aptitudes ganadas con rapidez y en un tiempo corto” pág. 30

### **Principio de recuperación**

Jorge de Hegedüs, (2008); “El principio del esfuerzo que se alterna con recuperación y descanso se aplica a todo el entrenamiento, sin tener en cuenta los métodos que se emplean. Los períodos de recuperación son esenciales, tanto durante la sola sesión de entrenamiento como durante todo el año” pág. 23

## **Principio de progresión**

Jorge de Hegedüs, (2008); “La progresión de la carga de entrenamiento debe ajustarse según el mejoramiento de las aptitudes motoras y atléticas. La carga (el volumen y la intensidad) tiene que aumentar en términos tanto de entrenamiento general como específico” pág. 20

## **Principio de individualización**

Jorge de Hegedüs, (2008); “No hay un plan o programa de entrenamiento adaptable a todos. Cada programa debe adaptarse a las costumbres, los gustos, necesidades, aptitudes y metas de quien particularmente los usa a fin de obtener máximos beneficios” pág. 29

### **2.1.9 El Aprendizaje Deportivo**

Varios autores, (2008),

**“El ser humano aprende fundamentalmente desde y mediante sus relaciones con el medio. Esta afirmación tiene dos consecuencias fundamentales. La primera es que el deportista aprenderá todas aquellas cosas que habitualmente se encuentran en el ambiente, es decir todo lo que rodea el contexto deportivo y la segunda es que el niño aprenderá todo los conocimientos y experiencias que le transmita el entrenador” pág. 210**

José María Buceta (2010),

**“Basta recordar que la actividad vital del niño es el juego, para comprender que, bien orientados los aprendizajes escolares por medio de los juegos motores, se lograrán aprendizajes significativos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales” pág. 112**

### **Aprendizaje apreciativo**

Gonzales O. Virginia, (2007), “Es una corriente psicopedagógica que tiene como objetivo desarrollar la capacidad apreciativa de los alumnos ante un valor. Tiene lugar cuando se adquieren actitudes en relación con determinados valores” pág. 8

### **Aprendizaje cooperativo**

Gonzales O. Virginia, (2007); “Es un enfoque que trata de organizar las actividades dentro del entrenamiento para convertirlas en una experiencia social y académica de aprendizaje. Los deportistas trabajan en grupo para realizar las tareas de manera colectiva” pág 9

El aprendizaje en este enfoque depende del intercambio de experiencias entre los niños deportistas, los cuales están motivados tanto para lograr su propio aprendizaje como para acrecentar el nivel de logro de los demás.

### **Aprendizaje receptivo**

Gonzales O. Virginia, (2007); “El deportista recibe el contenido que ha de internalizar, sobre todo por la explicación del entrenador, el material de campo, la información audiovisual y las ordenes de los ejercicios” pág 9

### **Aprendizaje por descubrimiento**

Gonzales O. Virginia, (2007); “El deportista debe descubrir el material por sí mismo, antes de incorporarlo a su estructura cognitiva. Este aprendizaje por descubrimiento puede ser guiado por el entrenador.

### **Aprendizaje memorístico**

Gonzales O. Virginia, (2007), “Surge cuando la tarea del aprendizaje consta de asociaciones puramente arbitrarias o cuando el niño lo hace arbitrariamente. Supone una memorización de ejercicios, hechos o conceptos con escasa o nula interrelación entre ellos” pág. 10

### **Aprendizaje significativo**

Gonzales O. Virginia, (2007), “Se da cuando los ejercicios o tareas están interrelacionadas de manera congruente y el niño decide aprender así. En este caso el niño es el propio conductor de su conocimiento relacionado con los conceptos a aprender” pág. 11

## 2.2 POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL

La teoría personal está basada en la teoría constructivista de Juan Catejón y Leandro Navas, (2009), que se basa en dos principios, el primero que el conocimiento es construido de manera activa por el sujeto, y el segundo, que la función de la cognición es más la de organizar la experiencia propia del sujeto. Cuando los niños inician el aprendizaje de un nuevo contenido, pero no hacen esto a partir de la nada sino a partir de sus ideas y representaciones previas de aquellas que tienen en su cerebro. Según este supuesto, el aprendizaje sería siempre el producto de la interacción entre la idea previa activada y la nueva información proporcionada por la situación del aprendizaje.

El deporte en la infancia requiere de una base metodológica para realizar su proceso de enseñanza aprendizaje basado en los contenidos de los diferentes programas de la escuela de formación deportiva, donde podemos implementar actividades físicas donde encontramos el juego, los patrones básicos de movimiento y las capacidades coordinativas, como base del desarrollo de la motricidad., (precisamente los adecuados para niños(as) en edades de 8 a 10 años).

Vemos que a estas edades se les diseñan entrenamientos con grandes cargas (intensidad, volumen y densidad); además se observa algo primordial en la escuela de formación al encaminar al niño(a) a una característica deportiva concreta para que forme parte de las competencias de alto rendimiento deportivo, y es que se les brinda un régimen de ejercicios donde se maneja la técnica y la táctica acompañada de una serie de elementos que contienen éstos componentes de entrenamiento, sin tener en cuenta las fases sensibles que presenta el niño(a) a esa edad para trabajar lo pertinente, también se hace caso omiso a los problemas

ocasionados a corto y largo plazo durante el entrenamiento como lesiones físicas (heridas, contusión, distensión, desgarro, contractura, esguince, fractura, luxación); psicológicas (historia tensional, personalidad, social); fisiológicas (cambios evolutivos antropométricos, consecuencias en el proceso de desarrollo); motrices (precipitación del control de los movimientos, escasez motriz); de crecimiento (esfuerzo repetitivo, alteración nutricional, acceso de fatiga); y maduración (cambio en el carácter, organización).

Teniendo en cuenta estos factores, se propone la utilización de estructuras pedagógicas concretas donde se enfoque la formación deportiva e integral del niño(a) con la finalidad de compensar y regular las actividades psicomotrices que serán las bases apropiadas tanto para el deportista como para el adulto.

La enseñanza científica es la base principal y fundamental que los entrenadores de las escuelas de fútbol, deben poseer para obtener altos niveles de rendimiento deportivo.

Considero que para alcanzar un éxito en los niños que serán futuros deportistas se deben contar con un gran conocimiento de pedagogía y didáctica sobre el entrenamiento deportivo para formar personas y deportistas de gran performance al servicio de la sociedad, interactuando los factores sociales con el desarrollo del aprendizaje.

Teniendo en cuenta estos factores, se propone la utilización de estructuras pedagógicas concretas donde se enfoque la formación deportiva e integral del niño(a) con la finalidad de compensar y regular

las actividades psicomotrices que serán las bases apropiadas para el deportista y posteriormente en las siguientes etapas de formación.

### 2.3 GLOSARIO DE TÉRMINOS

**Aprendizaje.-** Adquisición de conocimientos.

**Capacidad.-** Talento disposición para comprender bien las cosas.

**Cognitivo.-** Del conocimiento o relativo a él.

**Concentración.-** Estado mental que permite reflexionar sobre una sola cosa y mantener la atención.

**Contexto.-** Conjunto de circunstancias que rodean o condicionan un hecho.

**Deductivo.-** Es cuando el asunto estudiado procede de lo general a lo particular.

**Delimitación.-** Determinación precisa de los límites de algo

**Deporte.-** Actividad física ejercida como juego o competición sujeto a normas, cuya práctica supone entrenamiento y buen estado físico.

**Desarrollo.-** Crecimiento o mejora de un aspecto físico, intelectual o moral.

**Diagnóstico.-** Conocimiento e los signos, de un problema.

**Didáctico.-** Ciencia que estudia la metodología de la enseñanza.

**Dogmático.-** Conjunto de las proposiciones que se tienen por principios

innegables de una ciencia.

**Educación.-** Proceso por el cual una persona desarrolla sus capacidades, para enfrentarse positivamente a un medio social determinado e integrarse en él.

**Enseñanza.-** Sistema y método empleados para enseñar ideas, conocimientos, etc., que una persona transmite a otra.

**Entrenamiento:** Es un proceso pedagógico que hace posible el logro de las actuaciones de alto nivel, sin que se produzca ningún daño físico o mental.

**Fundamentos ofensivos.-** Son habilidades que se realizan para convertir.

**Fundamentos defensivos.-** Son maniobras que se realizan para vigilar al contrario.

**Factores.-** Son aquellos elementos que podemos condicionar una situación, volviéndose los causantes de la evolución o transformación de los hechos.

**Guía.-** Lista de datos referente a una materia.

**Incentivo.-** Que mueve o estimula a desear o hacer una cosa.

**Inductivo.-** Es cuando el asunto estudiado se presenta por medio de casos particulares, sugiriéndose que se descubra el principio general que los rige.

**Intuitivo.-** Que actúa movido más por la intuición que por el análisis.

**Lógico.-** Cuando los datos o los hechos son presentados en orden de antecedente y consecuente, obedeciendo a una estructuración de hechos que van desde lo menos hasta lo más complejo.

**Mentalidad.-** Cultura y modo de pensar que caracteriza a una persona, a un pueblo, a una generación, etc.

**Metodologías.-** Conjunto de métodos utilizados en la investigación científica métodos o maneras de enseñar.

**Monótona.-** Uniforme, que no cambia, pesado aburrido.

**Motivación.-** Motivo, causa, razón que impulsa a una acción, estimulación para animar e interesar.

**Proceso.-** Conjunto de las fases sucesivas de un fenómeno natural o de una operación artificial.

**Pedagogía.-** ciencia que tiene como objeto de estudio a la educación. Es una ciencia perteneciente al campo de las Ciencias Sociales y Humanas

**Psicología Deportiva-** rama de la psicología que estudia los procesos psíquicos y la conducta del hombre durante la actividad deportiva.

**Polimotor.-** Es el conjunto de actividad física donde encontramos el juego como el elemento primordial.

**Técnica.-** Habilidad para ejecutar cualquier cosa, o para conseguir algo.

**Táctica.-** Es el sistema o método que se desarrolla para ejecutar un plan y obtener un objetivo en particular.

**Transmitir.** Trasladar, transferir algo a alguien.

## **2.4 SUB-PROBLEMAS, INTERROGANTES.**

¿Cuáles son los factores psicológicos y fisiológicos que inciden en la formación integral - deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año lectivo 2012-2013?

Los factores psicológicos son la motivación, concentración, confianza, el autoestima y los factores que influyen en los cambios fisiológicos son la alimentación, la hidratación, la salud, la herencia genética, el crecimiento y maduración y las cargas de entrenamiento.

¿Cuáles son los niveles de conocimiento de los entrenadores para poder desarrollar los procesos de enseñanza del fútbol con los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año lectivo 2012-2013?

Los niveles de conocimiento de los entrenadores son muy bajos para poder llevar a cabo un buen proceso de enseñanza- aprendizaje del fútbol con los niños de 8 a 10 años en las escuelas de fútbol

¿Cuál es el nivel de aprendizaje de las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año lectivo 2012-2013?

Es muy notorio que los niños tienen mucho déficit en el desarrollo de las habilidades básicas y en la adquisición de los fundamentos técnicos.

## 2.5 MATRIZ DE VARIABLES

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIONES	INDICADORES
<p>Son aquellos elementos que pueden condicionar una situación volviéndose los causantes de la evolución o transformación, beneficiosa o perjudicial en relación con la sociedad.</p> <p>Es el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del niño (ética espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal y socio deportiva), a fin de lograr su realización plena en la sociedad.</p>	<p>Factores</p> <p>Formación integral y deportiva</p>	<p>Psicológicos</p> <p>Fisiológicos</p> <p>Personalidad</p> <p>Aprendizaje</p>	<p>-Automotivación</p> <p>-Concentración</p> <p>-Autoconfianza</p> <p>-Control Emocional</p> <p>-El Entrenador</p> <p>-El Entrenamiento</p> <p>-La Alimentación</p> <p>-Crecimiento y maduración</p> <p>- Herencia genética</p> <p>-Salud</p> <p>-Valores éticos y morales</p> <p>-Fundamentos técnicos</p> <p>-Habilidades motrices básicas.</p>

## CAPITULO III

### 3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.

#### 3.1 TIPOS DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación fue ejecutable, fue entonces, cualitativa y cuantitativa de tipo descriptiva que permitió mejorar el manejo de la información recolectada para un análisis profundo de los hechos hasta poder llegar a una interpretación sobre la problemática de los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año lectivo 2011.

**Cualitativa:** por cuanto se relacionó con criterios de los objetos de estudio y se sustentó en las interrogantes de la investigación que posteriormente fueron diagnosticadas.

**Cuantitativa:** por la utilización de una estadística descriptiva elemental en cuanto al empleo de valoraciones y porcentajes que se utilizó al realizar el análisis e interpretación de los resultados.

**3.1.1 Investigación Bibliográfica:** La investigación se fundamentó en las teorías bibliográficas y fue documental porque me permitió la recolección de información para crear el marco teórico el cual fue el sustento de la investigación.

**3.1.2 Investigación de Campo:** debido a que el proceso investigativo se llevó a cabo en los diferentes lugares donde se ejecutaban los hechos a observarse, evaluarse y posteriormente a valorarse.

**3.1.3 Investigación descriptiva:** Permitió la descripción del objeto de estudio, la investigación fue descriptiva porque permitió describir, determinar, analizar, evaluar, socializar los objetivos propuestos.

## **3.2 MÉTODOS**

### **3.2.1. Métodos empíricos**

#### **3.2.1.1 Observación científica**

Fue la técnica que permitió observar atentamente el objeto de estudio, para su posterior análisis.

#### **3.2.1.2 Recolección de información**

El objeto de estudio donde se realizó la recopilación de la información fueron los niños de 8 a 10 años de las diferentes escuelas de fútbol expuestas a continuación: Escuela Juvenil Caleño, academia Agustín Delgado, Escuela el Nacional, Escuela Alberto Spencer, Escuela Teodoro Gómez, Escuela Esencia Indígena, Escuela LDU y Escuela San Antonio de Ibarra.

### **3.2.2 Métodos teóricos**

**3.2.2.1 Método Científico.-** Puesto que permitió alcanzar un conocimiento real sistemático del proceso enseñanza-aprendizaje sustentada en las teorías científicas para descubrir y crear el conocimiento.

**3.2.2.2 Método Deductivo e Inductivo.-** Permitted partir de lo general y llegar a aspectos particulares; proceso lógico que produjo validez de las conclusiones a las que se llegó.

**3.2.2.3 Método Inductivo.-** Se aplicó en la observación puesto que orientó a la planificación que fue parte del trabajo.

**3.2.2.4 Método Analítico –Sintético.-** Se utilizó para el análisis del objeto de estudio en los datos obtenidos en las interpretaciones de los factores psicológicos y fisiológicos que permitieron mejorar el tratamiento de la formación integral-deportiva de los niños de 8 a 10 años.

**3.2.2.5 Método Estadístico.-** Con el cual se recogió, representó y analizó la información, estadística recogida para las conclusiones y recomendaciones necesarias del trabajo.

**3.2.2.6 Método Histórico Lógico.-** Fue de mucho sustento en el momento de los antecedentes de la problemática

### **3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

Los instrumentos que se van a utilizó en el trabajo de investigación fueron las fichas de observación que serán diseño en base a las variables, objetivos e indicadores, encuestas dirigidas a los entrenadores de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra.

#### **3.3.1. Técnicas**

**3.3.1.1. Fichas de observación.-** se utilizaron los test de observación para tener un conocimiento real y se aplicó a todos los niños de 8 a 10 años de todas las escuelas de futbol de la ciudad de Ibarra.

**3.3.1.2. La encuesta** se aplicó a los entrenadores de las diferentes escuelas de fútbol sustentándose en los objetivos planteados.

#### **3.3.2. Instrumentos**

- Cuestionarios
- Guías de Observación

### **3.4. POBLACIÓN**

La población investigada fueron los entrenadores y niños de 8 a 10 años de las diferentes escuelas de fútbol expuestas a continuación: Escuela Juvenil Caleño, Academia Agustín Delgado, Escuela del L.D.U., Escuela Modelo, Escuela Alberto Spencer, Escuela Teodoro Gómez, Escuela San Antonio Escuela San Miguel de Ibarra.

### 3.5 MUESTRA

<b>Escuelas de futbol</b>	<b>Deportistas</b>	<b>Entrenadores</b>	<b>Total</b>
Juvenil Caleño	19	2	21
Alberto Spencer	16	1	17
Agustín Delgado	22	1	21
San Antonio	14	1	15
Esencia Indígena	18	1	19
L.D.U.	18	1	19
Teodoro Gomes	21	1	24
El Nacional	26	2	28
<b>TOTAL</b>	<b>154</b>	<b>10</b>	<b>164</b>

## **CAPÍTULO IV**

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

#### **4.1 TABULACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN REALIZADA A LOS NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS Y LAS ENCUESTAS A LOS ENTRENADORES DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DE LA CIUDAD DE IBARRA.**

Los instrumentos de recolección de información se elaboraron con el objetivo de conocer los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra provincia de Imbabura en el periodo 2012 -2013.

La organización y análisis de los resultados obtenidos en la aplicación de los diferentes instrumentos a los entrenadores y deportistas, fueron organizados y tabulados para luego ser procesados en términos de medidas descriptivas, como tablas de frecuencias y cuadros de porcentajes, de acuerdo a los ítems formulados en cada uno de los instrumentos.

Las respuestas dadas por los investigados se organizaron de la siguiente manera:

- Análisis descriptivo de cada pregunta.
- Gráfico, análisis e interpretación de los resultados en función de la información teórica y posicionamiento del investigador.
- El programa estadístico empleado fue Microsoft Excel.

#### 4.1.1 Análisis e interpretación de la ficha de observación a los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra

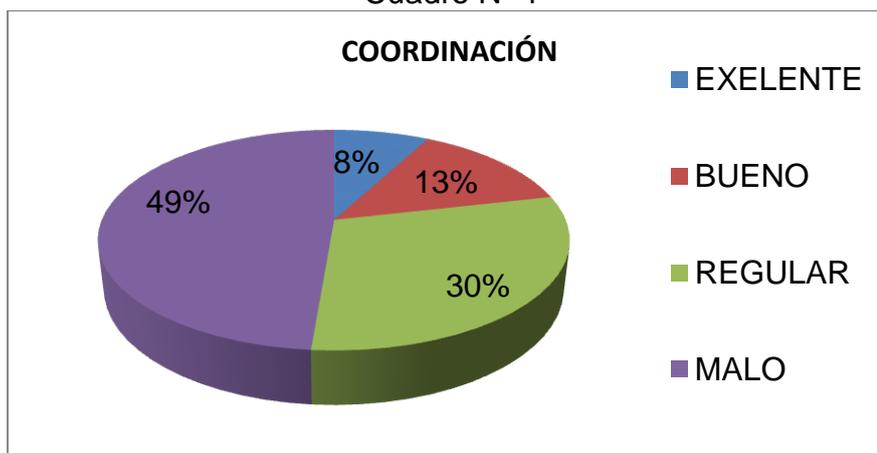
1.- **LA COORDINACIÓN:** Variedad de ejercicios de movimientos de coordinación en la escalera

Tabla N° 1

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	12	8 %
BUENO	21	14 %
REGULAR	46	30 %
MALO	75	49 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 1



Fuente: Tabla N° 1  
 Autor: Franklin Chávez

#### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados obtenidos se evidencia que un gran porcentaje equivalente a casi la mitad de los observados tienen una mala coordinación, menos de la tercera parte es regular, más de la séptima parte son buenos en los movimientos de coordinación y solamente una minoría son excelentes.

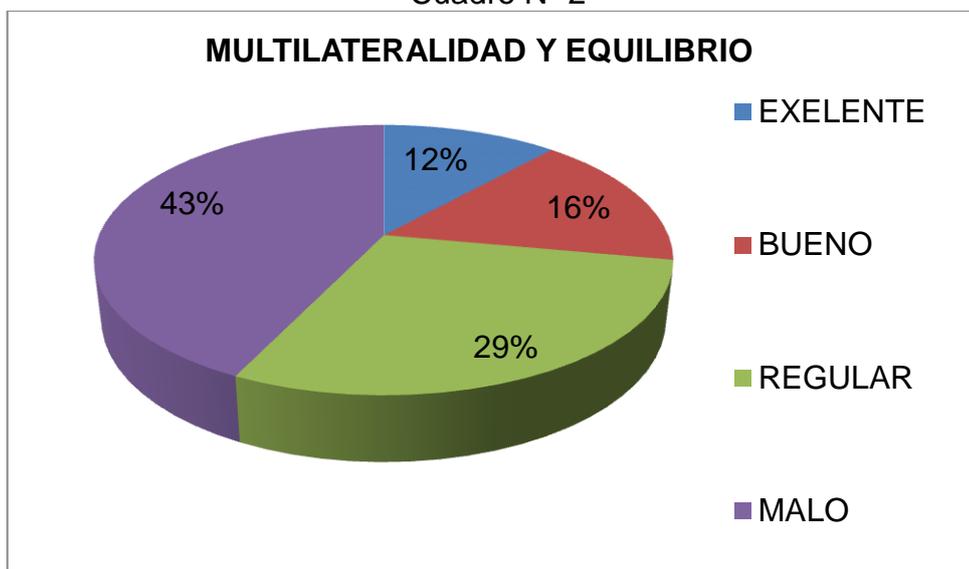
**2.- MULTILATERALIDAD Y EQUILIBRIO:** Ejercicios de saltos alternados, laterales, verticales, zig-zag, horizontales en diferentes movimientos.

Tabla N° 2

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	18	12 %
BUENO	25	16 %
REGULAR	45	29 %
MALO	66	43 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 2



Fuente: Tabla N° 2  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:**

De acuerdo con los resultados recolectados se puede observar que un gran porcentaje equivalente a más de la tercera parte son malos realizando ejercicios de multilateralidad y equilibrio, más de una cuarta parte son regulares, menos de la quinta parte son buenos y únicamente un porcentaje mínimo son excelentes.

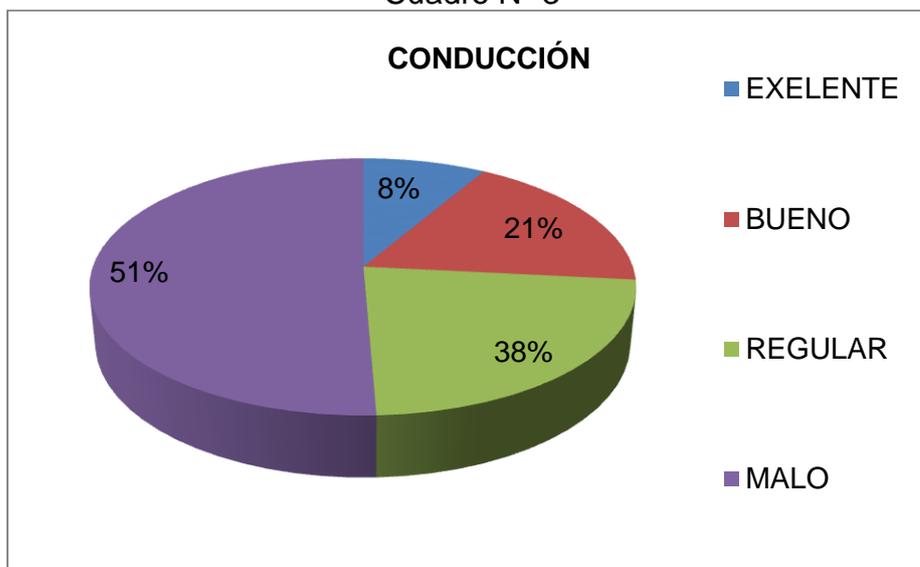
**3. CONDUCCIÓN:** Un circuito de ejercicios con diferentes superficies de contacto y en diferentes direcciones (zig-zag, lateral, de frente, de espaldas, etc.)

Tabla N° 3

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXELENTE	13	8 %
BUENO	28	18 %
REGULAR	35	23 %
MALO	78	51 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 3



Fuente: Tabla N° 3

Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:**

Los resultados obtenidos evidencian que más de la mitad de los deportistas son malos en el fundamento de la conducción, menos de la cuarta parte son regulares, menos de la quinta parte son buenos y únicamente un porcentaje minoritario son excelentes realizando ejercicios de conducción.

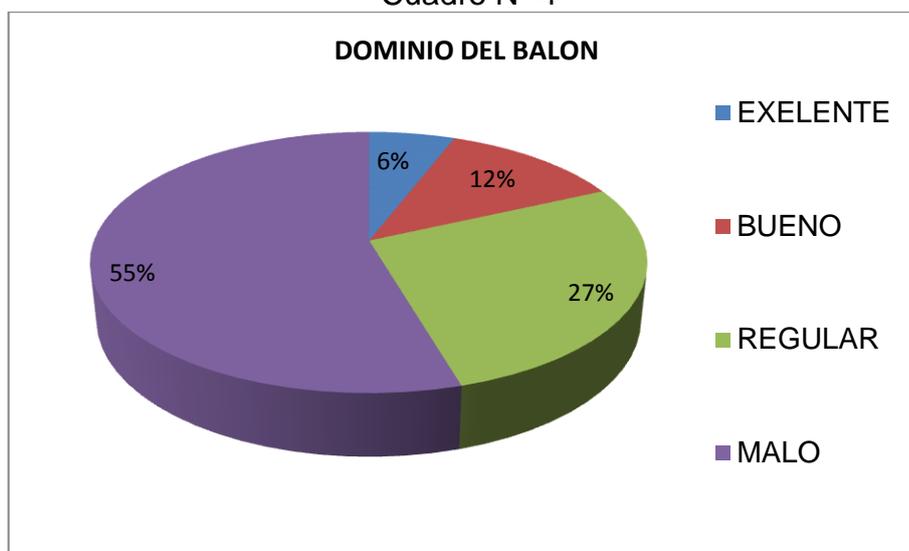
**4. DOMINIO DEL BALÓN:** Ejercicios individuales de dominio del balón, diferentes superficies de contacto por un tiempo determinado.

Tabla N° 4

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	12	8 %
CASI SIEMPRE	31	20 %
A VECES	52	34 %
NUNCA	59	38 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 4



Fuente: Tabla N° 4

Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:**

Los resultados reflejan que al aplicar este fundamento mediante diferentes tipos de ejercicios más de la mitad son malos en el dominio del balón, más de la cuarta parte son regulares, un porcentaje minoritario son buenos y muy pocos son excelentes.

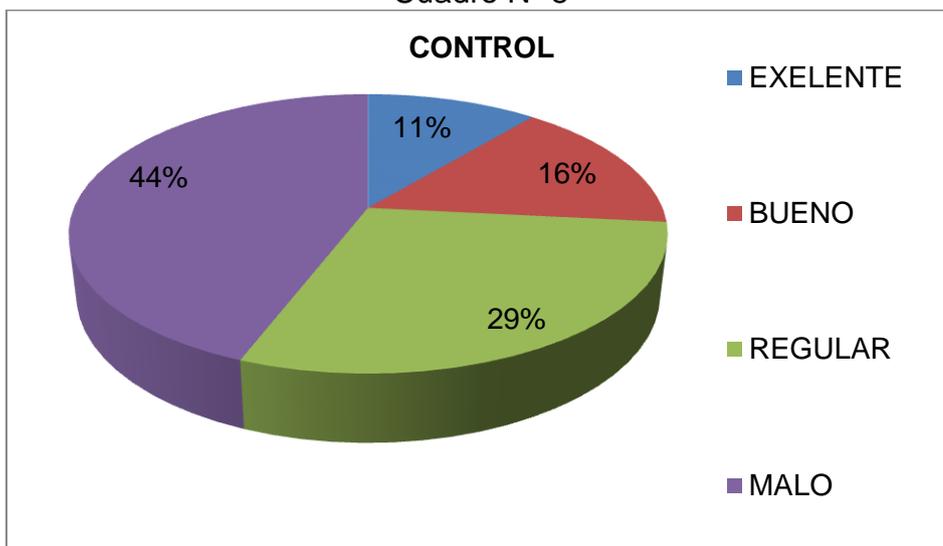
**5. CONTROL DEL BALÓN:** Ejercicios de dominio, elevación y controlar con diferentes (planta de pie, muslo, borde interno, empeine, pecho, etc.)

Tabla N° 5

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXELENTE	9	6 %
BUENO	19	12 %
REGULAR	42	27 %
MALO	84	55 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 5



Fuente: Tabla N° 5

Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:**

De acuerdo a los resultados obtenidos podemos evidenciar que menos de la mitad de los observados son malos en fundamento del control del balón, más de la cuarta parte son regulares, un porcentaje equivalente a menos de la quinta parte son buenos y una minoría son excelentes.

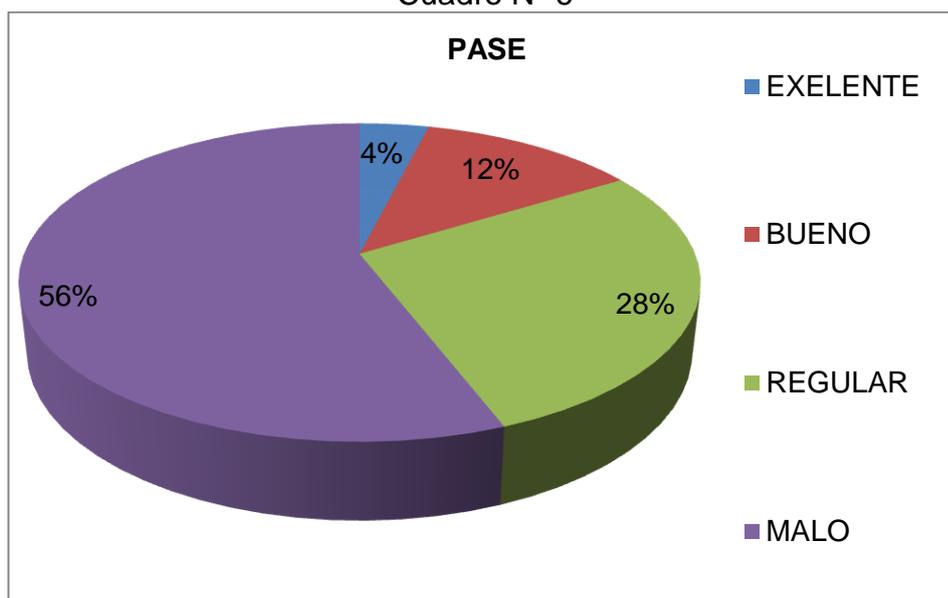
**6. PASES:** Ubicamos dos columnas frente a frente y realizamos pases con desplazamientos laterales y de frente -espalda, con borde interno, externo, empeine total, etc.)

Tabla N° 6

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	12	8 %
BUENO	18	12 %
REGULAR	40	26 %
MALO	84	55 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 6



Fuente: Tabla N° 6

Autor: Franklin Chávez

### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados arrojados, analizando este fundamento del fútbol encontramos que más de la mitad de los observados son malos al ejecutar el pase, más de la cuarta parte son regulares, solamente un porcentaje minoritario son buenos y casi nadie lo realiza de forma excelente.

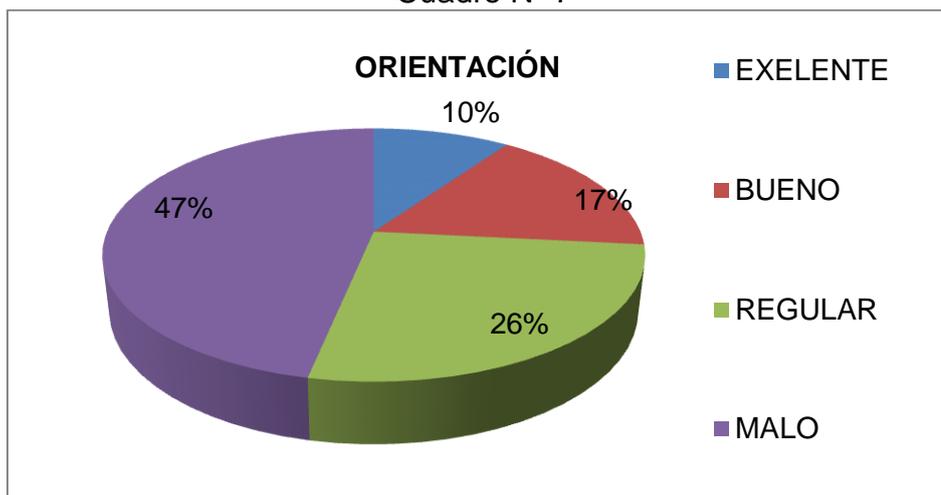
**7. ORIENTACIÓN:** Ejercicios de recepción y pases profundos, ubicando conos para dar la dirección del balón, y buscando nuevas ubicaciones

Tabla N° 7

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	15	10 %
BUENO	26	17 %
REGULAR	41	27 %
MALO	72	47 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 7



Fuente: Tabla N° 7

Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:**

Los resultados obtenidos los ejercicios de orientación del tiempo y espacio muestran que un gran porcentaje equivalente a casi la mitad de los observados son malos, poco más de la cuarta parte son regulares, un porcentaje menor equivalente a menos de la quinta parte son buenos y únicamente una minoría son excelentes.

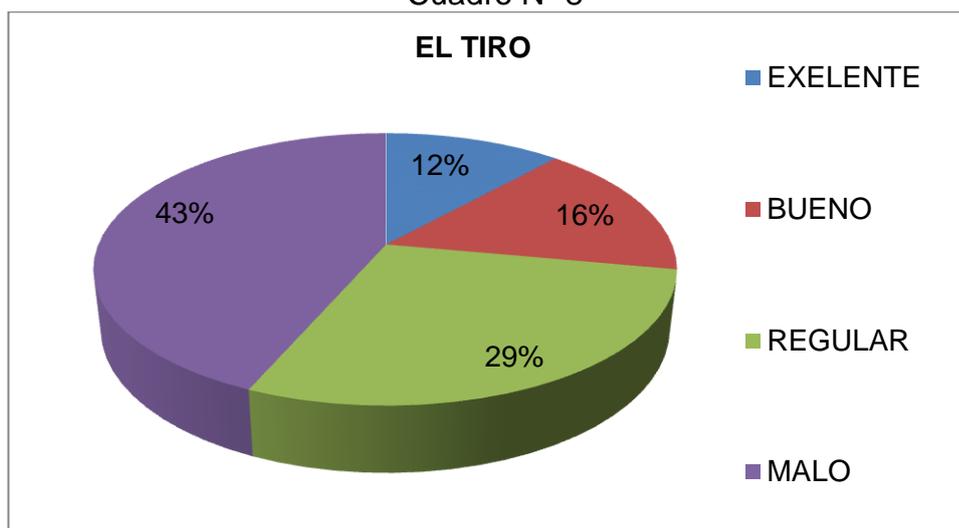
**8. TIRO:** Diferentes remates a la portería en ubicaciones diferente con pierna izquierda y derecha con balón en movimiento y balón estático.

Tabla N° 8

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	18	12 %
BUENO	25	16 %
REGULAR	44	29 %
MALO	67	44 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 8



Fuente: Tabla N° 8

Autor: Franklin Chávez

#### INTERPRETACIÓN:

En base a los resultados que nos arroja la observación evidenciamos que un gran porcentaje mayor a la tercera parte son malos en la ejecución del tiro, más de la cuarta parte son regulares, un porcentaje menor a la quinta parte buenos y solamente un porcentaje minoritario son excelentes en el fundamento del Tiro.

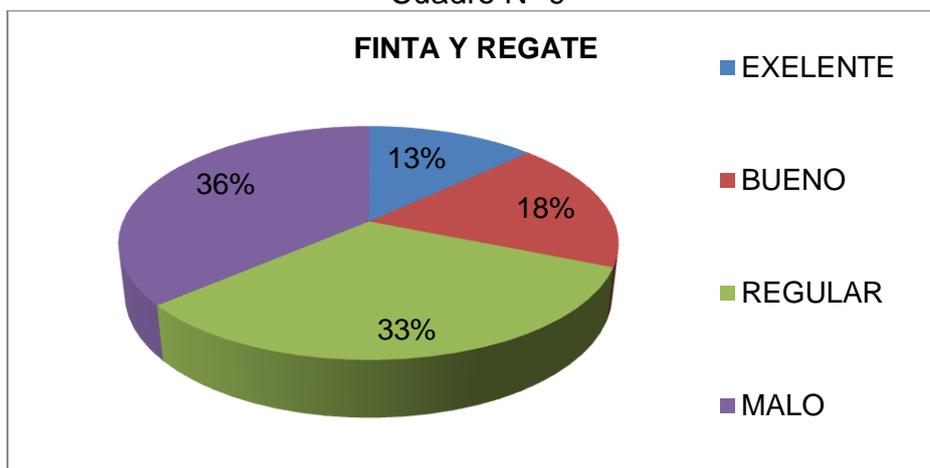
**9. FINTA Y REGATE:** Los jugadores se colocan delante de un cono se explica el tipo de finta y regate que vamos a realizar, los jugadores individualmente practican con el balón tratando esquivar el cono.

Tabla N° 9

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	20	13 %
BUENO	28	18 %
REGULAR	50	32 %
MALO	56	36 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 9



Fuente: Tabla N° 9

Autor: Franklin Chávez

### INTERPRETACIÓN:

De acuerdo a los resultados obtenidos al realizar diferentes ejercicios para observar este fundamento, interpretamos que un gran porcentaje menor a la mitad de los observados son malos ejecutando la finta y el regate, la tercera parte son regulares, menos de la quinta parte de los observados lo hace de forma buena y un porcentaje minoritario lo ejecuta de manera excelente.

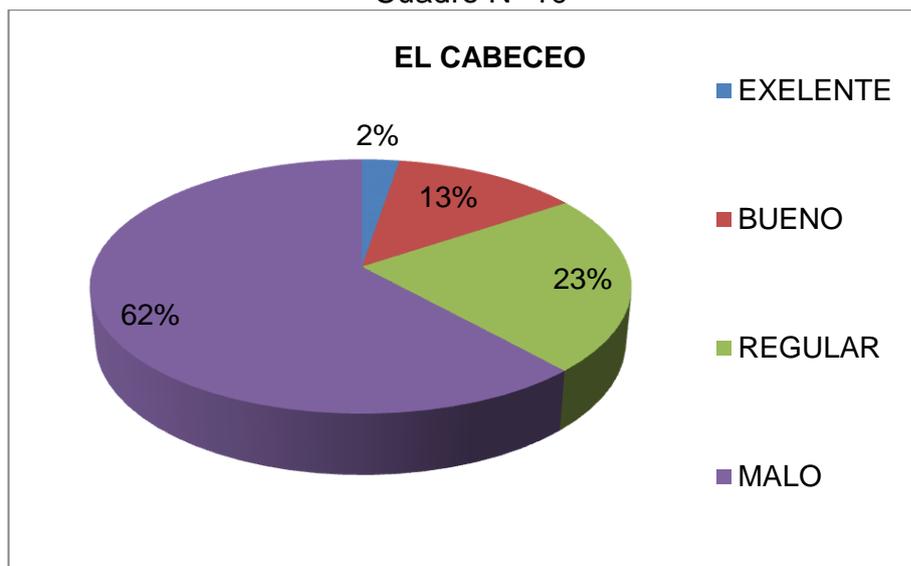
**10. EL CABECEO:** Individualmente y por parejas realizamos cabeceos con diferentes perfiles y direcciones.

Tabla N° 10

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EXCELENTE	8	5 %
BUENO	19	12 %
REGULAR	33	21 %
MALO	94	61 %
TOTAL	154	100 %

Fuente: Ficha de Observación

Cuadro N° 10



Fuente: Tabla N° 10  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:**

En Los resultados obtenidos podemos evidenciar que la gran mayoría de los deportistas en un porcentaje equivalente a más de la mitad son malos en el fundamento del cabeceo, menos de la cuarta parte son regulares, un porcentaje minoritario lo realizan de una manera buena y casi nadie lo hace excelente.

#### 4.1.2 Análisis e Interpretación de la encuesta realizada a los entrenadores de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra

1.- ¿Conoce sobre cómo desarrollar los procesos de enseñanza-aprendizaje del fútbol con los niños en las diferentes etapas de formación deportiva?

Tabla N° 1

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	10 %
No	4	40 %
Tuve entrenadores	1	10 %
Jugué fútbol profesional	3	30 %
Soy entrenador titulado	1	10 %
Total	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 1



Fuente: Tabla N° 1  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo a los resultados obtenidos se puede observar que un gran porcentaje que representa menos de la mitad de los encuestados manifiestan que no conocen sobre cómo desarrollar los procesos de enseñanza, poco menos de la tercera parte reflejan que sus conocimientos lo adquirieron cuando jugaron fútbol profesional, un porcentaje minoritario se pronuncia que si conoce acerca de la enseñanza del fútbol finalmente se observa que un porcentaje que representa a la décima parte se acredita como entrenador titulado.

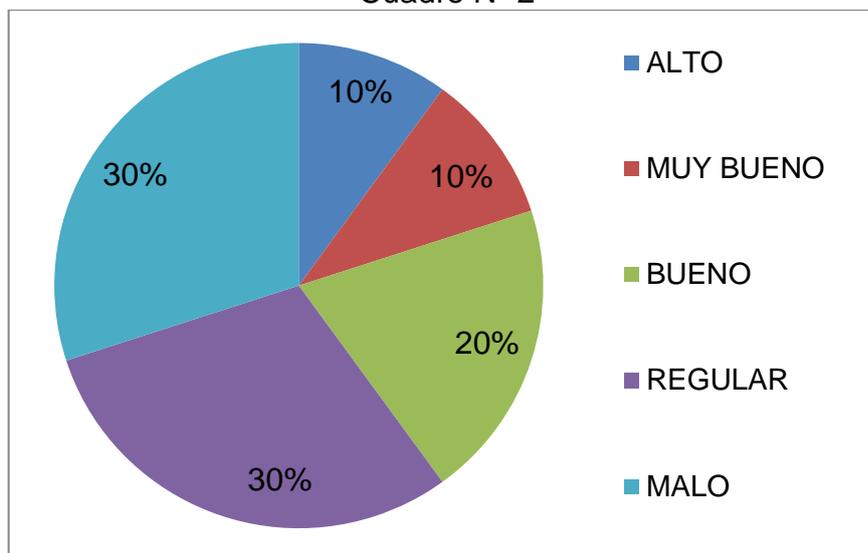
2.- Considera que su grado de conocimiento sobre los factores que influyen en la formación integral-deportivo de los niños es:

Tabla N° 2

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	1	10 %
MUY BUENO	1	10 %
BUENO	2	20 %
REGULAR	3	30 %
MALO	3	30 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 2



Fuente: Tabla N° 2  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En base a los resultados obtenidos evidenciamos que más de la cuarta parte tiene un conocimiento deficiente sobre aquellos factores que influyen en la formación integra-deportiva de los niños, otro porcentaje igual se pronuncia que su conocimiento es regular, una quinta parte manifiesta que tiene un conocimiento bueno, un porcentaje mínimo dicen conocer acerca de dichos factores y solamente una mínima parte de los encuestados consideran tener un conocimiento alto.

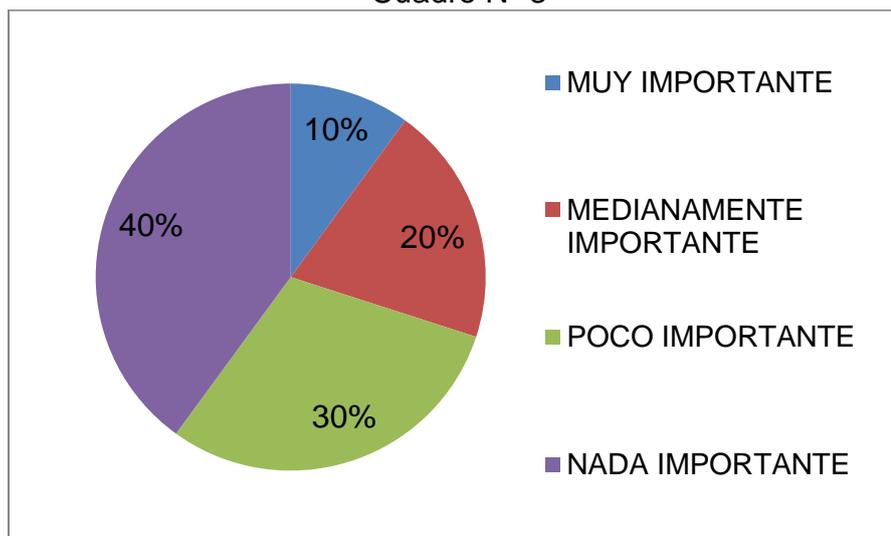
3. La Motivación, Concentración y el Control Emocional, en los niños para su aprendizaje es:

Tabla N° 3

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MUY IMPORTANTE	1	10 %
MEDIANAMENTE IMPORTANTE	2	20 %
POCO IMPORTANTE	3	30 %
NADA IMPORTANTE	4	40 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 3



Fuente: Tabla N° 3  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Los resultados obtenidos en la encuesta muestran que un porcentaje menor a la mitad de los encuestados se pronuncia que la motivación, concentración y control emocional son nada importantes para su aprendizaje, más de la cuarta parte coinciden en que es poco importante, solamente la quinta parte dicen que es medianamente importante y únicamente un porcentaje mínimo manifiestan muy importante.

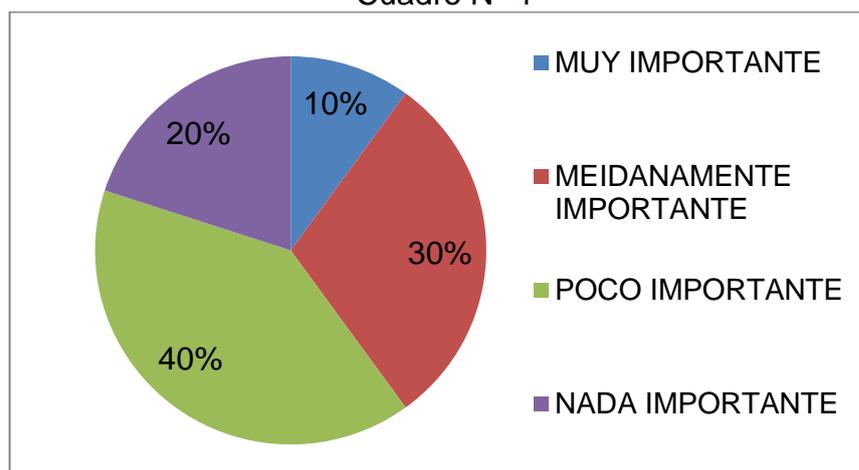
4. En el desarrollo fisiológico del niño la influencia del entrenamiento del fútbol es:

Tabla N° 4

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MUY IMPORTANTE	1	10 %
MEDIANAMENTE IMPORTANTE	3	30 %
POCO IMPORTANTE	4	40 %
NADA IMPORTANTE	2	20 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 4



Fuente: Tabla N° 4  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En el desarrollo fisiológico del niño el entrenamiento es un factor determinante, sin embargo en los datos recolectados se puede observar que una quinta parte manifiestan nada importante, un gran porcentaje que representa menos de la mitad de los encuestados dicen que el entrenamiento es poco importante en su influencia del crecimiento y maduración del niño, más de una cuarta parte coinciden que es medianamente importante y solo un porcentaje minoritario determina muy importante al entrenamiento del fútbol.

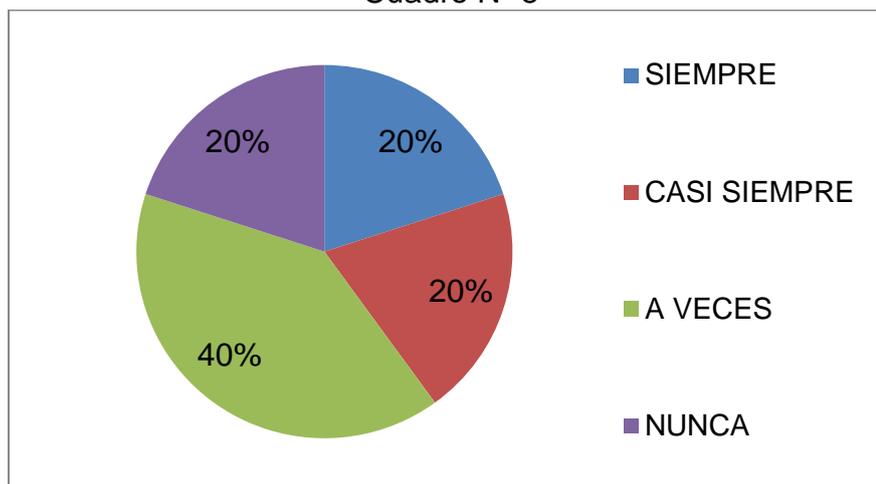
5. ¿Considera que en sus entrenamientos con los niños, el entrenador desarrolla valores éticos y morales?

Tabla N° 5

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	20 %
CASI SIEMPRE	2	20 %
A VECES	4	40 %
NUNCA	2	20 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 5



Fuente: Tabla N° 5  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Durante el proceso de entrenamiento con los niños es fundamental en cada sesión desarrollar valores éticos y morales para su formación integral, contradictorio a esto en los resultados arrojados por la encuesta un porcentaje mayor a la tercera parte dicen que a veces lo realizan, un porcentaje menor a la cuarta parte reflejan que nunca lo hacen, una quinta parte se manifiestan que casi siempre desarrollan valores en los entrenamientos y una cantidad igual se pronuncian que siempre lo realizan.

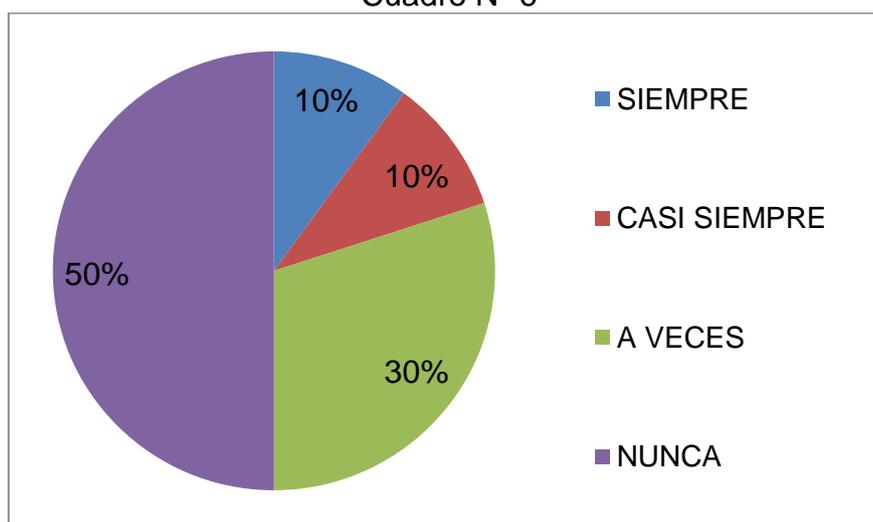
6. En el entrenamiento con los niños es importante el tiempo de trabajo y la recuperación.

Tabla N° 6

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	1	10 %
CASI SIEMPRE	1	10 %
A VECES	3	30 %
NUNCA	5	50 %
TOTAL	24	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 6



Fuente: Tabla N° 4  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En el entrenamiento del fútbol un factor importante a tomar en cuenta es el tiempo de trabajo y la recuperación para no producir daños funcionales en el niño, opuesto a esto la mitad de los encuestados que nunca importa, más de la cuarta parte manifiesta que a veces es importante, un porcentaje minoritario se pronuncia que casi siempre importa el tiempo de trabajo y la recuperación y únicamente la décima parte dice que siempre hay que considerar estos factores.

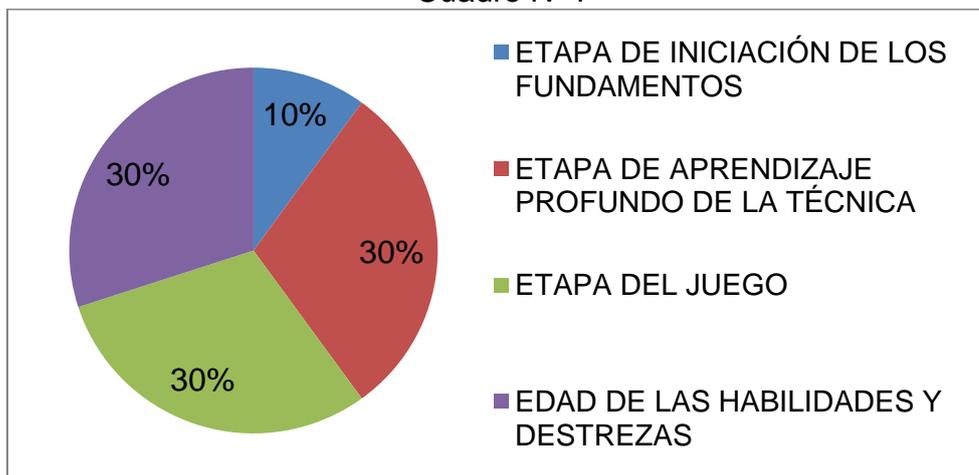
7. Los procesos de la enseñanza del fútbol para niños de 8 a 10 años en las escuelas de futbol es o son:

Tabla N° 7

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Etapa de iniciación de los fundamentos	1	10 %
Etapa de aprendizaje profundo de la técnica	3	30 %
Etapa del juego	3	30 %
Edad de las habilidades y destrezas	3	30 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 7



Fuente: Tabla N° 4  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En el proceso de formación deportiva en la edad de 8 a 10 años es la edad de la iniciación deportiva en el deporte, sin embargo en los resultados obtenidos en la encuesta podemos evidenciar que menos de la tercera parte de los encuestados manifiestan que es la edad de las habilidades y destrezas, un porcentaje mayor a la cuarta parte se pronuncia por la etapa del juego, otro porcentaje igual dicen que es la etapa de aprendizaje profundo de la técnica y únicamente una minoría responden que es la etapa de iniciación de los fundamentos técnicos.

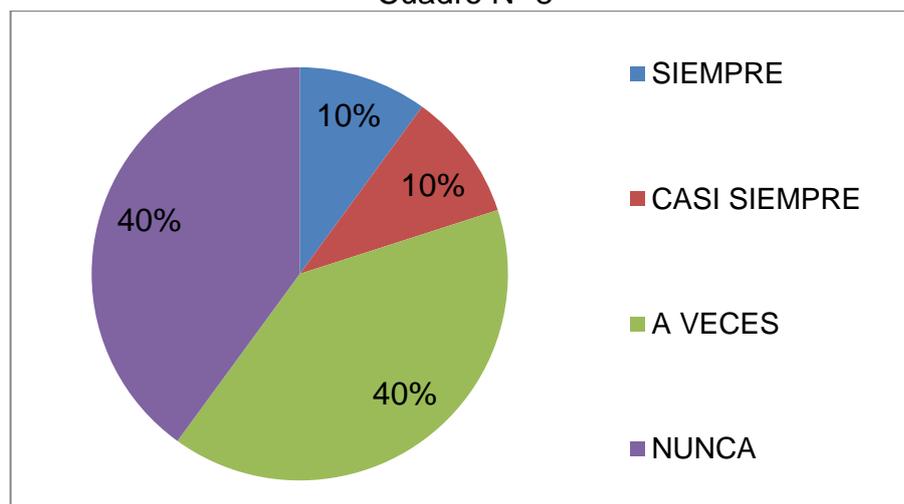
8. ¿En el proceso de entrenamiento del fútbol aplica los principios del entrenamiento?

Tabla N° 8

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	1	10 %
CASI SIEMPRE	1	10 %
A VECES	4	40 %
NUNCA	4	40 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 8



Fuente: Tabla N° 8  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** La recolección de datos de la encuesta muestran que en el proceso del entrenamiento del fútbol una gran porcentaje que representa a más de la tercera parte nunca aplica los principios del entrenamiento, un porcentaje igual se pronuncian que a veces lo realiza, un cantidad minoritaria manifiesta que casi siempre lo hace y únicamente una minoría dicen que siempre lo ejecuta.

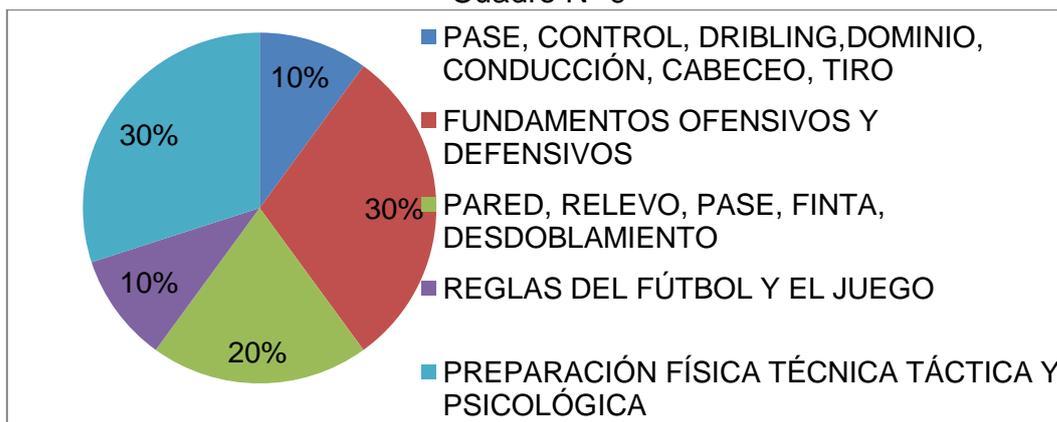
9. En la formación deportiva en los niños de 8 a 10 años, cuáles aspectos cree usted más importantes. Marque la opción más importante para usted.

Tabla N° 9

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Pase, control, Dribling, dominio, conducción, cabeceo, tiro	1	10 %
Fundamentos ofensivos y defensivos	3	30 %
Pared, relevo, pase, finta, desdoblamiento	2	20 %
Reglas del fútbol y el juego	1	10 %
Preparación física técnica táctica y psicológica	3	30 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 9



Fuente: Tabla N° 9  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Los resultados obtenidos muestran que menos de la tercera parte de los entrenadores encuestados se manifiestan por los fundamentos ofensivos y defensivos, un porcentaje igual coinciden en la preparación física, técnica, táctica y psicológica del niño; una quinta parte dan importancia a la pared, relevo, finta, pase y desdoblamiento, un porcentaje representativo a la décima parte proponen que es fundamental las reglas del fútbol y el juego, solamente un porcentaje mínimo dan importancia a la enseñanza de los fundamentos técnicos.

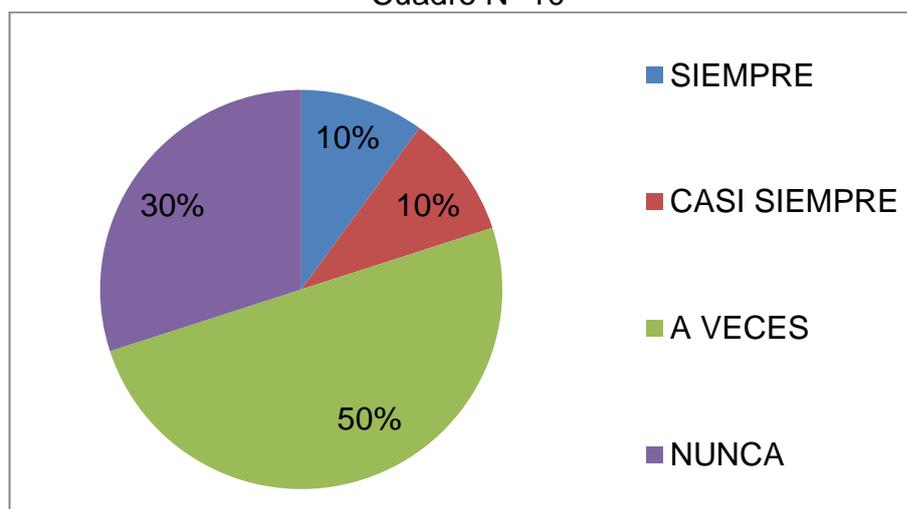
10. ¿Enseña a su deportista sobre la influencia del descanso, hidratación y alimentación en el entrenamiento?

Tabla N° 10

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	1	10 %
CASI SIEMPRE	1	10 %
A VECES	5	50 %
NUNCA	3	30 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 10



Fuente: Tabla N° 10  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En los resultados recolectados se puede evidenciar que la mitad de los entrenadores encuestados se pronuncian que a veces enseñan a los niños sobre la importancia del descanso, la alimentación y la hidratación, antes, durante y después del entrenamiento, más de la cuarta parte nunca lo realizan, un porcentaje minoritario manifiestan que casi siempre lo hacen y únicamente un porcentaje igual a la décima parte señala que siempre les enseñan.

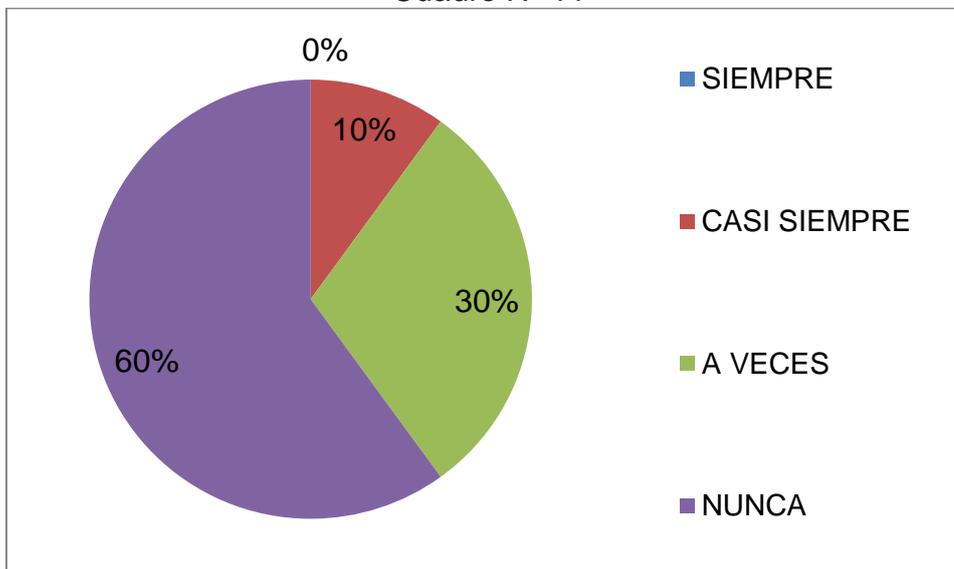
11. ¿Exige usted un examen médico a sus deportistas?

Tabla N° 11

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0 %
CASI SIEMPRE	1	10 %
A VECES	3	30 %
NUNCA	6	60 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 11



Fuente: Tabla N° 11  
Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En base a los resultados obtenidos evidenciamos que un gran porcentaje mayor a la mitad de los encuestados nunca solicitan exámenes médicos a sus deportistas, más de la cuarta parte se pronuncia que a veces lo realiza, solamente una mínima cantidad manifiesta que casi siempre lo hace y absolutamente nadie lo hace siempre.

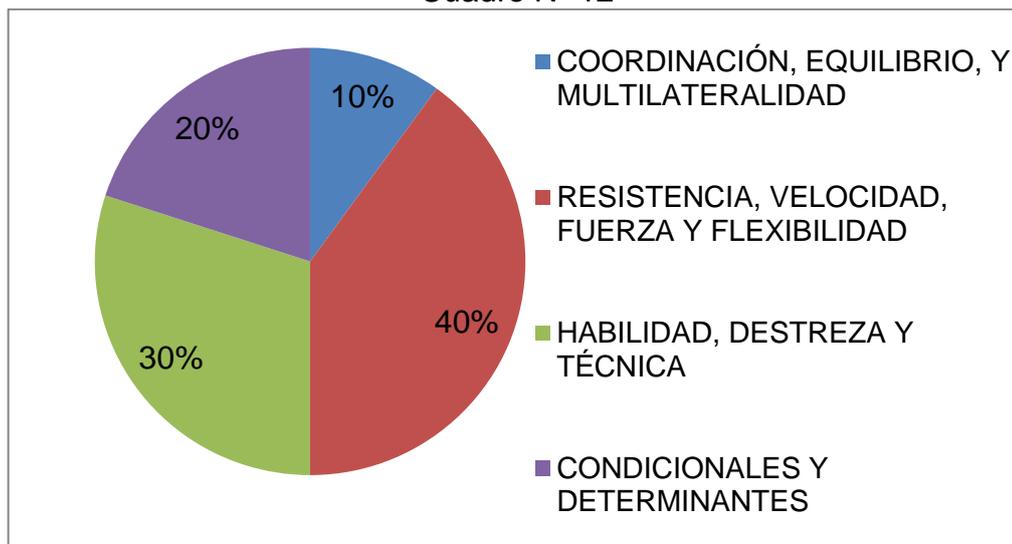
12. En las edades de 8 a 10 años se desarrollan las habilidades motoras básicas. Señale la opción más importante para usted

Tabla N° 12

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
COORDINACIÓN, EQUILIBRIO, Y MULTILATERALIDAD	1	10 %
RESISTENCIA, VELOCIDAD, FUERZA Y FLEXIBILIDAD	4	40 %
HABILIDAD, DESTREZA Y TÉCNICA	3	30 %
CONDICIONALES Y DETERMINANTES	2	20 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 12



Fuente: Tabla N° 12  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En los resultados obtenidos se observa que más de la tercera parte de los encuestados dan importancia a la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, más de la cuarta parte priorizan las habilidades, destrezas y la técnica, una quinta parte coinciden que es importante las capacidades condicionales y determinantes, un porcentaje mínimo se manifiestan que es importante desarrollar la coordinación, el equilibrio y la multilateralidad.

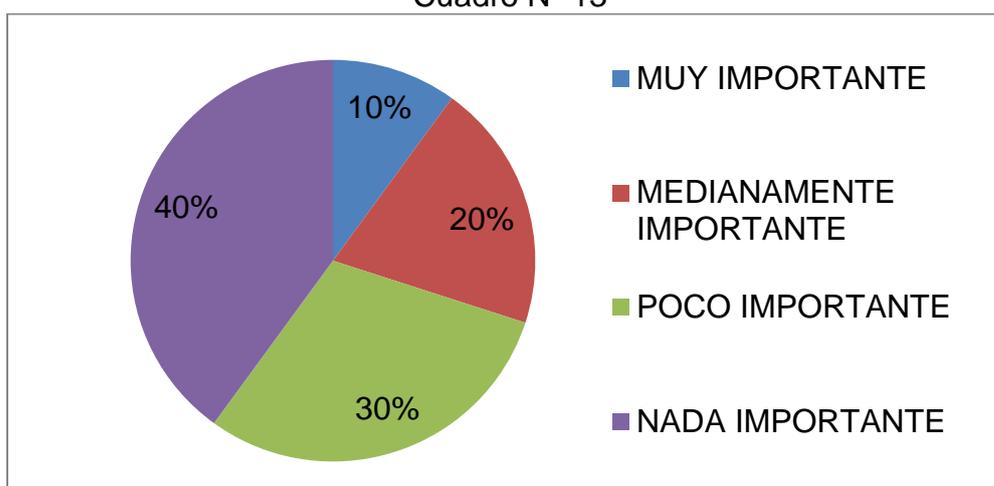
13. ¿La metodología en las sesiones de entrenamiento para la enseñanza de las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos es?

Tabla N° 13

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MUY IMPORTANTE	1	10 %
MEDIANAMENTE IMPORTANTE	2	20 %
POCO IMPORTANTE	3	30 %
NADA IMPORTANTE	4	40 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 13



Fuente: Tabla N° 13  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo a los resultados recolectados se puede observar que más de la tercera parte de los entrenadores encuestados dicen que es nada importante la metodología para la enseñanza de las habilidades y los fundamentos técnicos, un porcentaje mayor a la cuarta parte manifiestan que poco importante, la quinta parte coinciden que es medianamente importante y solamente una décima parte dicen que es muy importante la metodología para la enseñanza.

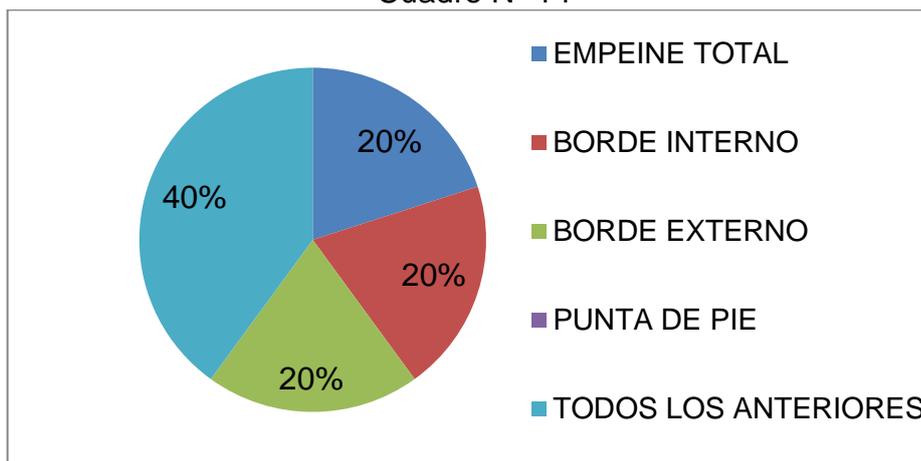
14. En el fundamento del pase cual superficie de contacto considera más efectivo para realizar un pase corto:

Tabla N° 14

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EMPEINE TOTAL	2	20 %
BORDE INTERNO	2	20 %
BORDE EXTERNO	2	20 %
PUNTA DE PIE	0	0 %
TODOS LOS ANTERIORES	4	40 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 14



Fuente: Tabla N° 14  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En el fundamento del pase, para realizar un pase corto la superficie de contacto ideal es el borde interno, más sin embargo en los resultados obtenidos podemos evidenciar que un porcentaje mayor a la tercera se pronuncian que son todas las superficies de contacto, una quinta parte señala que es más efectivo el borde externo, otra quinta parte manifiestan que es el empeine total y un porcentaje menor a la cuarta parte coinciden que es el borde interno la superficie adecuada para realizar con mejor efectividad un pase corto.

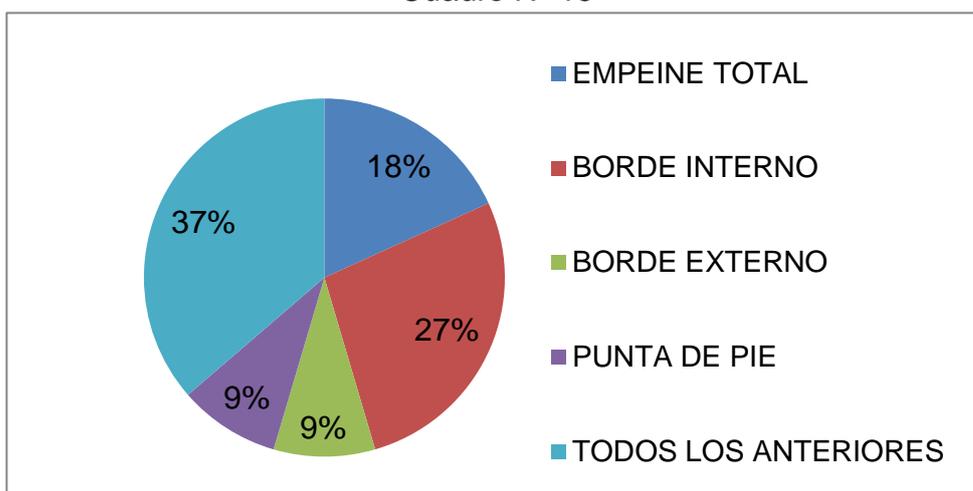
15. En el fundamento del pase cual superficie de contacto considera más importante para realizar un cambio de orientación:

Tabla N° 15

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EMPEINE TOTAL	2	20 %
BORDE INTERNO	3	30 %
BORDE EXTERNO	1	10 %
PUNTA DE PIE	1	10 %
TODOS LOS ANTERIORES	4	40 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 15



Fuente: Tabla N° 15  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Para realizar un cambio de orientación la superficie de contacto adecuada es el empeine total, observando los resultados obtenidos más de la tercera parte de los entrenadores encuestados se pronuncia que son todas las superficies de contacto, más de la cuarta dicen que es el borde interno, un porcentaje menor a la quinta parte manifiestan que es el empeine total, y en porcentajes minoritarios iguales coinciden que es la punta de pie y el borde externo.

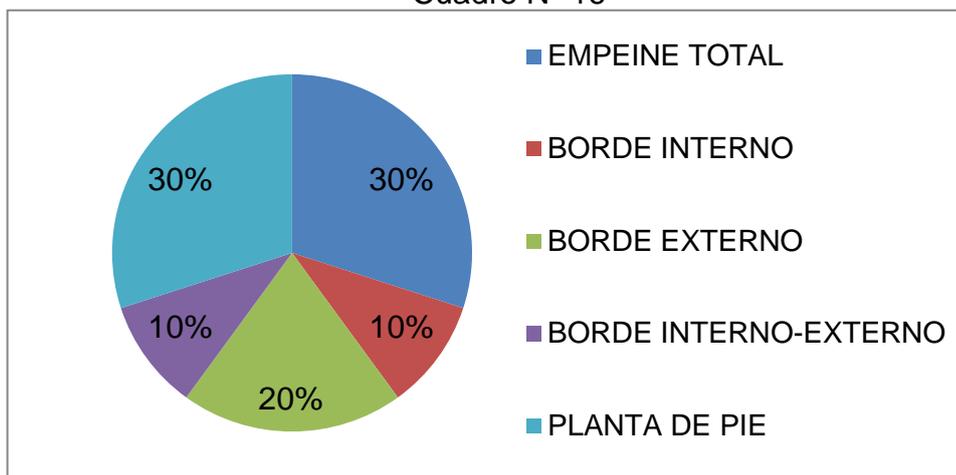
16. En la conducción cual superficie de contacto considera más importante para realizar una conducción con mejor desplazamiento:

Tabla N° 16

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EMPEINE TOTAL	3	30 %
BORDE INTERNO	1	10 %
BORDE EXTERNO	2	20 %
BORDE INTERNO-EXTERNO	1	10 %
PLANTA DE PIE	3	30 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 16



Fuente: Tabla N° 16  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Para ejecutar una conducción con mejor desplazamiento la superficie de contacto adecuada es borde interno-externo, observando los resultados obtenidos más de la cuarta parte de los entrenadores encuestados se pronuncia que es la planta de pie la superficie adecuada, un porcentaje igual dicen que es el empeine total, la quinta parte manifiestan que solo es el borde externo, un porcentaje minoritario coinciden que es el borde interno y un porcentaje igual mínimo dicen que es el borde interno-externo el ideal para la conducción con mejor desplazamiento.

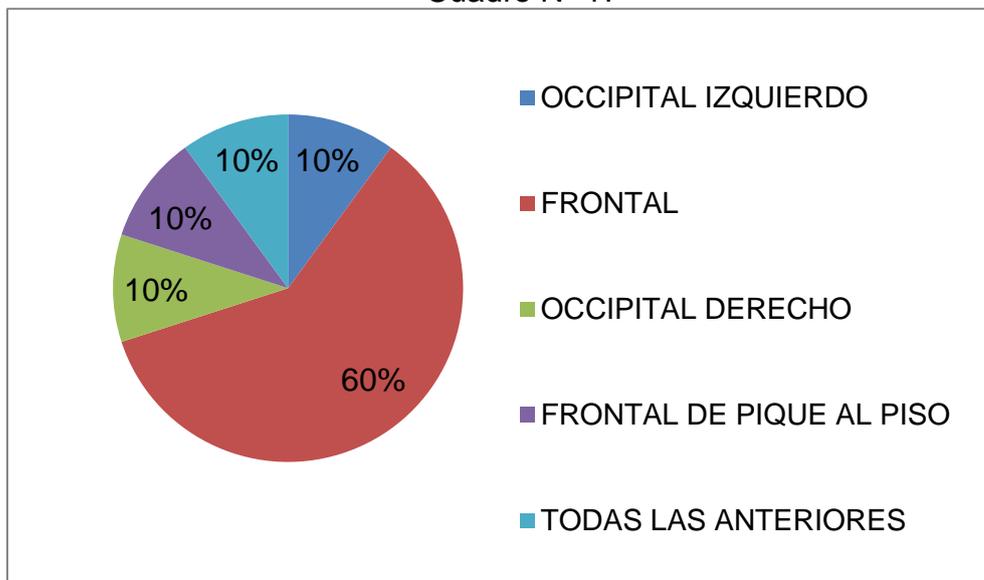
17. En el cabeceo ofensivo y defensivo, señale el o los perfiles correctos:

Tabla N° 17

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
OCCIPITAL IZQUIERDO	1	10 %
FRONTAL	6	60 %
OCCIPITAL DERECHO	1	10 %
FRONTAL DE PIQUE AL PISO	1	10 %
TODAS LAS ANTERIORES	1	10 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 17



Fuente: Tabla N° 17

Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo a los resultados obtenidos se evidencia que un gran porcentaje que representa a más de la mitad de los encuestados manifiestan que el cabeceo frontal es el adecuado tanto en defensa como en ataque, otros porcentajes menores a la tercera parte se pronuncian por los perfiles izquierdo, derecho y frontal de pique al piso, y un porcentaje mínimo señala que son todas las opciones anteriores.

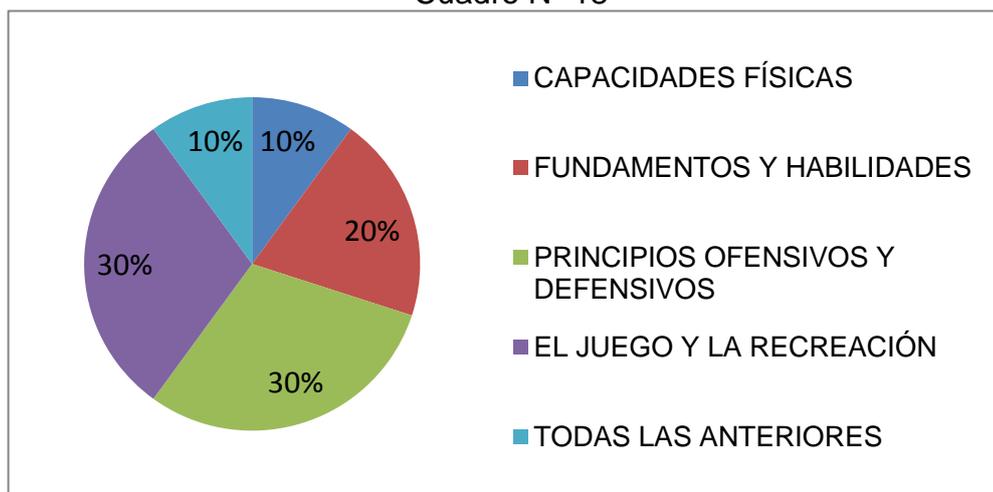
18. En sus sesiones de entrenamiento en los niños de 8 a 10 años a que aspectos da más importancia:

Tabla N° 18

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
CAPACIDADES FÍSICAS	1	10 %
FUNDAMENTOS Y HABILIDADES	2	20 %
PRINCIPIOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS	3	30 %
EL JUEGO Y LA RECREACIÓN	3	30 %
TODAS LAS ANTERIORES	1	10 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 18



Fuente: Tabla N° 18  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Los resultados finales muestran que más de la cuarta parte de los entrenadores encuestados da importancia a los principios ofensivos y defensivos en sus sesiones de entrenamiento, un porcentaje igual da prioridad al juego y la recreación, una quinta parte manifiesta que es importante los fundamentos y las habilidades, un porcentaje menor dice que ser importantes las capacidades físicas y un porcentaje mínimo coinciden en dar importancia en todas las anteriores importantes.

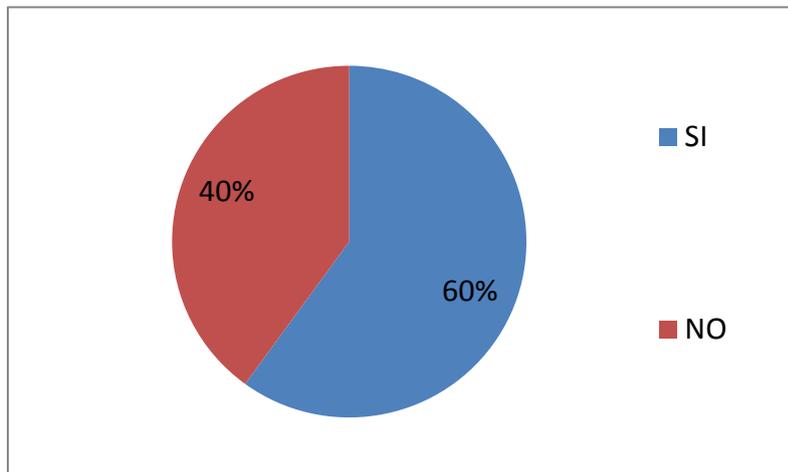
19. Cree usted que el entrenador durante el proceso del entrenamiento del niño influye como un factor determinante en la formación de la personalidad del mismo.

Tabla N° 19

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	6	60 %
NO	4	40 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Tabla N° 19



Fuente: Tabla N° 19  
Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** En los resultados obtenidos se puede evidenciar que un gran porcentaje mayor a la mitad de los encuestados manifiestan que el entrenador es un factor determinante en la formación de la personalidad de los niños mediante el entrenamiento del fútbol y una cantidad mayor a la tercera parte se pronuncia que no influye el entrenador en la formación de la personalidad del niño.

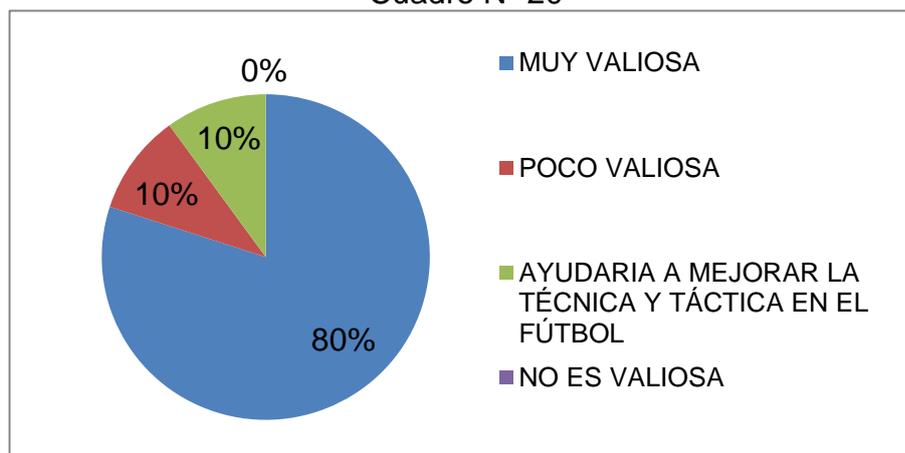
20.- Considera que el diseño de un manual de entrenamiento de futbol base para la enseñanza de los niños en la iniciación deportiva es:

Tabla N° 20

INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MUY VALIOSA	8	80 %
POCO VALIOSA	1	10 %
AYUDARÍA A MEJORAR LA TÉCNICA Y TÁCTICA EN EL FÚTBOL	1	10 %
NO ES VALIOSA	0	0 %
TOTAL	10	100 %

Fuente: Encuesta

Cuadro N° 20



Fuente: Tabla N° 18  
 Autor: Franklin Chávez

**INTERPRETACIÓN:** Los resultados reflejan muy notoriamente que más de tres cuartas partes de los entrenadores encuestados coinciden en que la realización de un manual de entrenamiento de fútbol base para la enseñanza de los niños es muy valiosa, solamente una minoría señala que es poco valiosa y otro porcentaje mínimo manifiesta que ayudaría a la mejora de la técnica y la táctica del fútbol.

## CAPITULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

- La mayoría de los entrenadores de fútbol no tienen un conocimiento sobre cuáles son los factores que influyen en la formación integral-deportiva de los niños de 8 a 10 años; no realizan una planificación adecuada en la cual consideren de mucha importancia a los factores psicológicos como la motivación, la concentración, el control emocional y factores fisiológicos como la salud, la entrenabilidad, el crecimiento y maduración, la alimentación e hidratación que inciden directamente en la formación tanto integral como deportiva de los niños.
- Muchos de los entrenadores realmente no cuentan con los conocimientos necesarios para establecer un verdadero proceso de enseñanza del fútbol de acuerdo a las diferentes etapas de formación, contradictorio a esto en las mal llamadas escuelas de fútbol es muy notorio que el bajo nivel de aprendizaje del fútbol en los niños es causa directa de los entrenadores, pues son ellos quienes dirigen todo el entrenamiento y en muchas ocasiones lo realizan de forma errónea y mal direccionada.
- Importante es concluir que durante de entrenamiento del fútbol a medida que avanza el proceso el niño está en constante crecimiento y maduración y por ende se produce en él cambios fisiológicos que el entrenador varias veces no considera

importante pero que en un futuro inmediato serán causas del rendimiento deportivo del niño en las etapas siguientes.

- Los niveles de aprendizaje de los niños son muy bajos respecto al desarrollo de las destrezas motrices básicas como son la coordinación, el equilibrio, la multilateralidad, la orientación, lo cual provoca que los niños realicen de forma errónea los gestos técnicos en los movimientos con balón, esto también se debe a la falta de concentración y motivación del niño.
- Como consecuencia del desconocimiento de los entrenadores sobre qué aspectos dar prioridad para el entrenamiento del fútbol en las edades de 8 a 10 años, los niños no realizan de forma adecuada los fundamentos técnicos del fútbol que es lo que les permitirá sentar las bases en el proceso de formación deportiva.

## **5.2. Recomendaciones**

- A los monitores y entrenadores de las diferentes escuelas de fútbol su constante auto preparación para desarrollar correctamente los procesos de formación deportiva y no causar la deserción del deportista sino más bien despertar el interés y el gusto por la práctica del fútbol.
- Recomendamos a todos los entrenadores de la provincia de Imbabura el entrenamiento con los niños muy hacerlo de forma especializada ya que son seres muy sensibles y son en estas edades donde comienza a construir su aprendizaje durante el proceso de entrenamiento deportivo.

- A los entrenadores no caer en la monotonía con los ejercicios realizados durante las sesiones de entrenamiento, sino más bien innovar nuevas metodologías de enseñanza para mejorar el aprendizaje de los niños y no causar daños en su vida deportiva.
- Promover la Iniciación y Formación Deportiva en el fútbol desde todas sus manifestaciones, como medio de intervención a favor de la formación integral de los niños, a través de la elaboración, ejecución, seguimiento, evaluación y control de los planes de entrenamiento que garanticen no solo la adquisición de destrezas físicas, técnicas, tácticas, psicológicas, grupales y sociales de dichos niños, sino también un excelente proceso metodológico de formación integral-deportiva.
- Elaborar la propuesta alternativa para mejorar el desarrollo de las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol.

## **CAPITULO VI**

### **6. PROPUESTA ALTERNATIVA**

#### **6.1. Título de la Propuesta**

“MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FÚTBOL BASE, PARA ENTRENADORES DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DE LA CIUDAD DE IBARRA”

#### **6.2. Justificación e Importancia**

De acuerdo a la ley del Deporte, Educación Física y Recreación del Ecuador contempla en el artículo 90.- de la Recreación, es obligación de todos los niveles del Estado programar, planificar, ejecutar e incentivar las prácticas deportivas y recreativas, incluyendo a los grupos de atención prioritaria, impulsar y estimular a las instituciones públicas y privadas en el cumplimiento de este objetivo.

Los resultados obtenidos en la investigación realizada en las escuelas de fútbol de la ciudad de Ibarra, justifica la realización de una propuesta alternativa por las siguientes razones.

En la investigación realizada se detectó la existencia de muchas falencias de los entrenadores sobre el conocimiento de los factores que influyen en la formación integral-deportiva de los niños, es muy notorio tal desconocimiento puesto que no existe una adecuada organización y planificación del entrenamiento del fútbol en el cual se tome en consideración aquellos factores de gran importancia que inciden tanto directa como indirectamente en el proceso de formación deportiva de los niños.

Esto ha provocado que los niños no tengan una formación deportiva de base adecuada en lo que se refiere a la adquisición de las habilidades motrices básicas y los gestos técnicos del fútbol, produciendo todo lo contrario en el entrenamiento de los niños, tales como daños fisiológicos y psicológicos en los deportistas que a la postre serán muy evidentes en las posteriores etapas de formación deportiva incluso causando la deserción de los niños

Considerando de mucha importancia los factores tanto psicológicos como fisiológicos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, se fundamenta realizar una propuesta alternativa para solucionar la problemática de la formación integral-deportiva de los niños.

La elaboración de un Manual de entrenamiento de fútbol base, beneficiará directamente a monitores, entrenadores y a los deportistas e indirectamente dirigentes, padres de familia y sociedad deportiva vinculados a las escuelas deportivas, instituciones donde se llevó a cabo la investigación.

Los contenidos del Manual de entrenamiento de fútbol base estarán direccionados exclusivamente a buscar alternativas de solución a la problemática encontrada en la investigación y servirán como fuente de aprendizaje para otros profesionales y a otras personas relacionadas con el fútbol en su necesidad de auto preparación para difundir nuevos conocimientos a sus deportistas.

Por lo tanto es importante que los monitores, profesores y entrenadores comiencen a implementar un manual de entrenamiento de fútbol base que los encamine hacia una correcta formación integral-deportiva de los niños respondiendo a las necesidades del deportista y de la sociedad.

Es motivante y necesario asumir la responsabilidad de emprender estrategias metodológicas con la única finalidad de contribuir a que todo niño desde los primeros instantes de su iniciación deportiva comience a introducirse en una sociedad deportiva saludable y en especial en el fútbol con una buena base en su desarrollo integral y deportivo que sean el sostén en las etapas siguientes hasta lograr el alto rendimiento.

### **6.3 Fundamentación teórica**

#### **Definición de Manual**

Según Duhalt Kraus Miguel A (2006), “Un manual es un documento que contiene en una forma ordenada y sistemática información y/o instrucciones sobre un tema que se consideran necesarios para la mejor ejecución del trabajo” pág. 4

Para Terry G.R, (2008) “Un manual es un registro de información o instrucciones que concierne a una temática pudiendo ser utilizados para orientar las direcciones del tema” pág. 8

Según Joaquín Rodríguez, (2008) La palabra manual se define como: “Libro que contiene lo más sustancial de un tema y en este sentido, los manuales son vitales para incrementar y aprovechar el cumulo de conocimientos y experiencias de personas y organizaciones. El manual es una de las herramientas más eficaces para transmitir conocimientos y experiencias, porque en ellos documentan la tecnología acumulada hasta esos momentos sobre algún tema” pág. 18

## **Formación Integral-Deportiva**

Francisco J. Orts, (2008),

**“La Formación Integral-Deportiva, indiscutiblemente se clasifica como un proceso de larga duración, por su puesto con un carácter totalmente perspectivo. En ella se distinguen varias fases o etapas que van desde la Iniciación del deportista hasta el arribo del mismo a la denominada Maestría Deportiva, que es la excelencia en el ámbito del deporte de competencia, significa la manifestación más equilibrada en cuanto al desempeño integral del deportista, tanto desde el punto de vista físico - funcional, motriz, psicológico, intelectual y moral, todo ello bajo la égida de un pedagogo - entrenador”** pág 23

## **Formación integral**

Francisco J. Orts, (2008),

**“Definimos la Formación Integral como el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-deportivo), a fin de lograr su realización plena en la sociedad. Es decir, vemos el ser humano como uno y a la vez pluridimensional, bien diverso como el cuerpo humano y a la vez plenamente integrado y articulado en una unidad.** Pág. 110

## **Formación deportiva**

Manuel G. Zepeda, (2012),

**“La Iniciación deportiva es un proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional” pág.186.**

## **Entrenamiento deportivo**

Jorge de Hegedüs, (2008); “Proceso de adiestramiento o de elaboración de hábitos motrices. También puede significar un método (entrenamiento de duración), una forma organizativa (entrenamiento en circuito), o referirse al desarrollo de un factor del rendimiento deportivo (entrenamiento de la técnica)” pág. 8

Forteza Francisco (2011), “El trabajo que realiza el hombre depende del estado en que se encuentran sus órganos, aparato, sistema. Ante la actividad el organismo responde de acuerdo con sus potencialidades así se observa el funcionamiento del aparato cardio vascular, respiratorio, etc. ante la carga” pág. 40

## **La técnica fútbol**

Torrelles y Frattarola, (2006);”Son todos los movimientos basados en modelos técnicos deportivos que realiza el jugador de fútbol con el balón, utilizando las superficies de contacto que permite el reglamento y que garantizan la eficiencia” pág 53

## **Bases de la técnica**

- Adecuada situación del jugador sobre la trayectoria del balón, apreciando o intuyendo su dirección, velocidad y posibles efectos.
- Concentración sobre el balón, sin perderlo de vista, para asegurar un buen contacto en el momento y lugar precisos y con la fuerza adecuada para lograr una buena culminación a una acción previa.
- Coordinación de movimientos, dominio del cuerpo, relajación y equilibrio sobre el pie de apoyo.
- Destreza en la ejecución.

## **6.4. Objetivos**

### **6.4.1. Objetivo General**

- Socializar un Manual de entrenamiento de fútbol base para los entrenadores de las escuelas de la ciudad de Ibarra que sirva como un instrumento de apoyo para la enseñanza del fútbol en el proceso de formación integral-deportiva de los niños.

### **6.4.2. Objetivos Específicos**

- Mejorar el conocimiento teórico- práctico de monitores y entrenadores sobre como entrenar las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en las diferentes etapas de formación deportiva de los niños.
- Motivar a los entrenadores, profesores de educación física sobre la utilización de la Guía Didáctica de las capacidades condicionantes del fútbol, para mejorar el desempeño tanto individual como colectivo en los deportistas.

- Actualizar a los entrenadores de fútbol de las escuelas de la ciudad de Ibarra sobre la utilización e importancia de un manual de entrenamiento de fútbol base, en el trabajo con los niños.
- Contribuir a los entrenadores a implementar nuevas metodologías de entrenamiento con los niños de manera que se puedan alcanzarse los objetivos propuestos en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje

## **6.5 Ubicación sectorial y física**

**País:** Ecuador

**Provincia:** Imbabura

**Cantón:** Ibarra

**Beneficiarios:** Entrenadores, monitores, profesores de educación física y deportistas de las escuelas de fútbol donde se realizó la investigación.

**Infraestructura:** Propia, adecuadas

## **6.6. Desarrollo de la propuesta.**

## UNIDAD I

### PRINCIPIOS BÁSICOS PARA EL FORMADOR

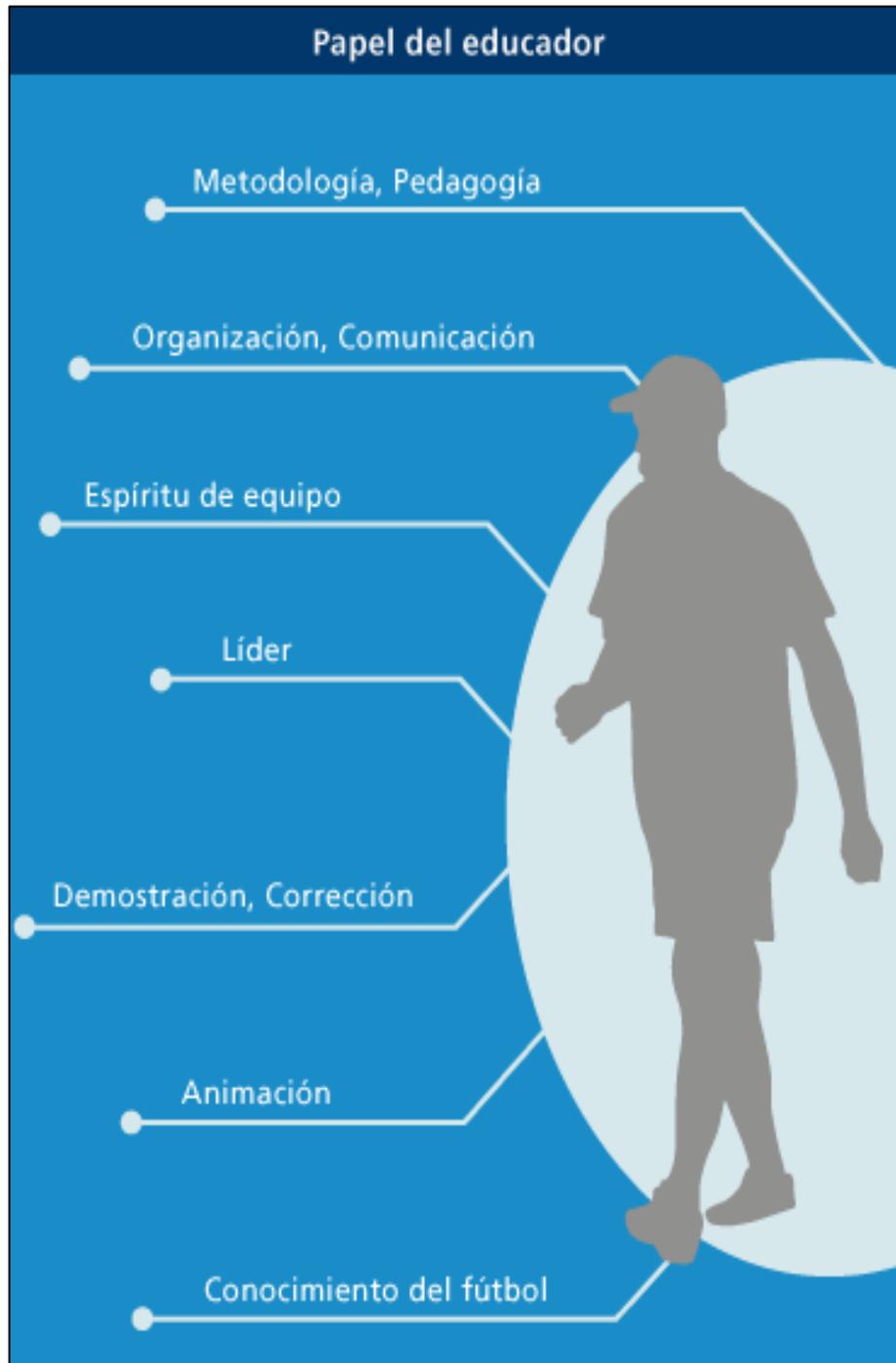
#### LA FORMACIÓN CENTRADA EN LOS NIÑOS



Ser formador de niños representa una gran responsabilidad y enorme exigencia, supone mirar al niño en su dimensión real, es decir en la dimensión de **PERSONA** capaz de ser hacedor de su desarrollo. Es necesario entonces tratar de desterrar la mirada “niño = adulto pequeño” que tenemos con respecto al Niño, para ello debemos revisar a fondo nuestros pensamientos, sentimientos y actitudes. Esto implica la capacidad de “mirarse uno mismo” críticamente y estar dispuestos a cambiar aquellos pensamientos o actitudes que hemos asimilado en nuestro propio proceso de formación y que son un obstáculo para trabajar con los Niños.

Hay que tener presente que un Niño es una persona que no puede ser utilizada, cosificada o instrumentalizada bajo ninguna razón o pretexto. Los seres humanos no estamos al servicio de una religión, de una ideología, una cultura, un sistema político o económico, ni de otras personas. Por el contrario todos lo demás sirve o contribuye al desarrollo de los seres humanos como seres dignos.

## LA MISIÓN DEL FORMADOR



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012)

## Misión del entrenador

<ul style="list-style-type: none"><li>✚ Los niños tienen expectativas y necesidades que esperan sean satisfechas. Si no son atendidas sentirán que sus formadores responden a preguntas que nunca han hecho, provocándoles la frustración y el aburrimiento, el desinterés y la desmotivación.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ La convicción de que nadie es poseedor de la verdad y que permanentemente, todos aprendemos y todos enseñamos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ La receptividad del formador a todas las dudas, ideas, opiniones y preguntas y la renuncia a creer que todo lo sabe y que los educandos sólo pueden aprender de él y no por ellos mismos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ La disponibilidad a aceptar y promover la iniciativa de los niños.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ La conciencia de que aprendemos tanto o a veces más de los errores que de los aciertos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ El convencimiento de la importancia del trabajo grupal cuando tiene metas claras, organización adecuada, acompañamiento y estímulo.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ Crear un auténtico clima de confianza</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ Aceptar emocionalmente a cada persona</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ Ser tolerantes, reconociendo y aceptando las diferencias personales y culturales.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ Integrar teoría y práctica</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>✚ Ser respetuosos y atinados con los sentimientos expresados</li><li>✚ Estar atentos a las reacciones y sentimientos de los niños frente a las palabras, gestos, actitudes y metodología que producen su actuación como educador para mejorarlo.</li></ul>

Fuente: Fútbol a la medida del niño, (Horst Wein 2008)

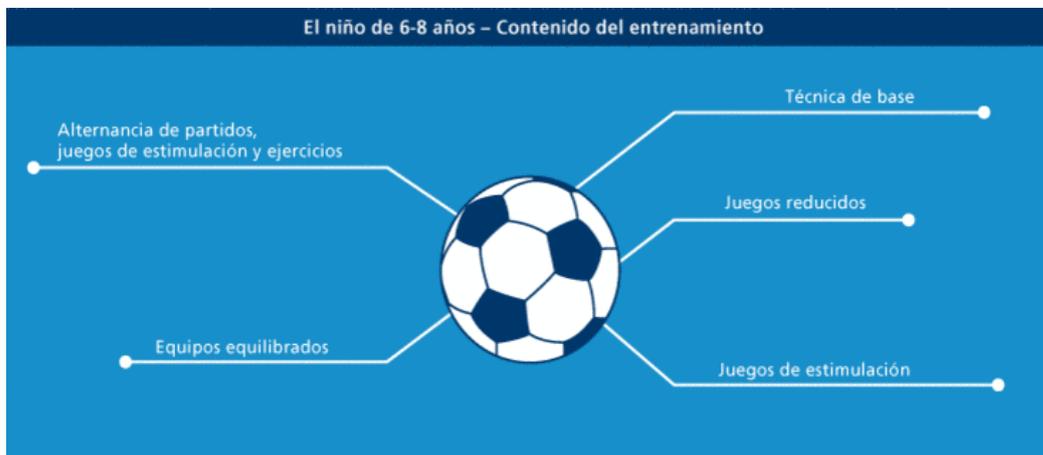
## CONSIDERACIONES PARA EL TRABAJO CON NIÑOS

▪ Tome en cuenta el valor del niño
▪ Tome en cuenta lo afectivo
▪ Tome en cuenta lo lúdico
▪ Busque el enriquecimiento personal
▪ Base el trabajo en la interacción en el intercambio
▪ Promueva la autoestima
▪ Estimule la valoración de los demás
▪ Promueva el respeto por el otro
▪ Permita el disfrute y la alegría
▪ Rescate el valor pedagógico del juego
▪ Comprenda que nadie aprende solo, sino que todos aprendemos de todos.
▪ Comprenda que nadie aprende solo, sino que todos aprendemos de todos.
▪ Tome en cuenta a todo niño, integrando las dimensiones “sentir, pensar, actuar”, esto es lo afectivo, intelectual y psicomotor.
▪ Tome en cuenta a todo niño, integrando las dimensiones “sentir, pensar, actuar”, esto es lo afectivo, intelectual y psicomotor.
▪ Reduzca las exposiciones largas y tediosas para dar lugar a la participación activa a través de dinámicas, juegos, diálogos y debate. Esto permite recoger las opiniones, ideas y sentimientos de los deportistas.
▪ Aproveche los errores como fuente de futuros aprendizajes.

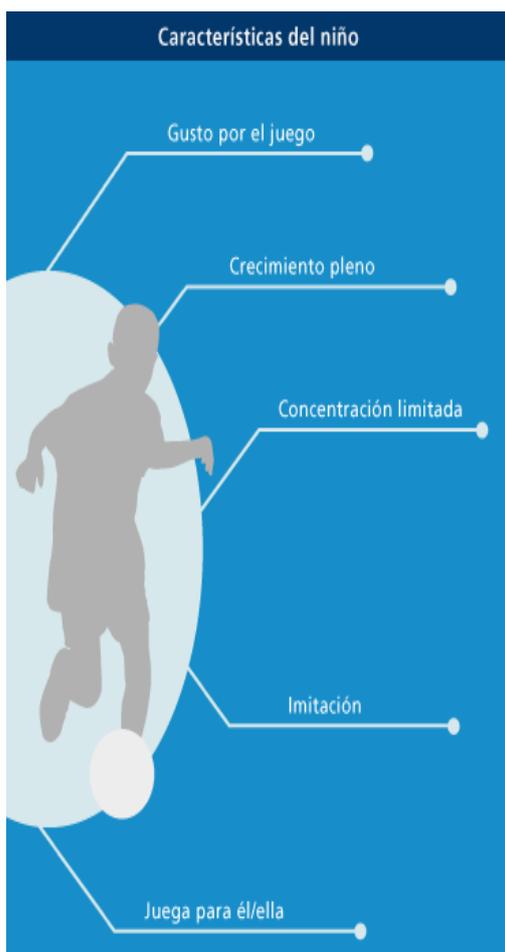
Fuente: Fútbol a la medida del niño, (Horst Wein 2008)

## ETAPAS DE DESARROLLO Y CARACTERÍSTICAS EN EL ENTRENAMIENTO CON NIÑOS

### ➤ ETAPA DE DESARROLLO EN NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012)



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012)

## El niño de 6 a 8 años

### Características del niño

- Frágil y en pleno crecimiento, dificultades de coordinación
- Atención y concentración limitada en el tiempo
- Gran facultad de imitación (memoria visual)
- Le gusta jugar, juega para él mismo. Egocentrismo.
- Gusto por el juego

### Simplemente un niño

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

### Contenido de entrenamiento

- Técnica básica de fútbol, ejercicios de coordinación
- Juegos de estimulación, familiarización con el balón
- Partidos reducidos: Partidos de 4 contra 4, 5 contra 5
- Alternancia: partidos, juegos de estimulación, ejercicios
- Grupos o equipos equilibrados

### Jugar, disfrutar

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

### Papel del educador

- Orienta, protege y anima los juegos
- Demuestra los ejercicios
- Lenguaje simplificado y visual
- Poca intervención / "dejar jugar"
- Pedagogía del apoyo

### Divertirse jugando al fútbol

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

➤ ETAPAS DE DESARROLLO EN NIÑOS DE 9 A 10 AÑOS



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

## El niño de 9 a 10 años

### Características del niño

- Aumento de la resistencia, de la velocidad y de la fuerza
- Coordinación mejorada
- Gran memoria visual
- Gran confianza en sí mismo
- Capacidad de discusión
- Ganas de aprender y descubrir
- Espíritu de grupo, sentido colectivo

### Un niño en un equipo de amigos

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

### Contenido de entrenamiento

- Técnica de base (fundamentos del fútbol)
- Organización básica del equipo
- Velocidad, vivacidad, reacción, coordinación
- Juegos de entrenamiento
- Partidos reducidos: Partidos de 5 contra 5, 7 contra 7
- Alternancia: partidos, juegos de entrenamiento, ejercicios
- Grupos o equipos equilibrados

### Jugar, descubrir, experimentar

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

### Papel del educador

- Metodología y pedagogía de la enseñanza
- Líder afectivo y técnico
- Capacidad de organización y comunicación
- Creación de un espíritu de equipo
- Conocimiento general del fútbol
- Demostración, ejecución, corrección
- Pedagogía del apoyo

### Aprender jugando

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

➤ ETAPAS DE DESARROLLO EN NIÑOS DE 11 A 12 AÑOS



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

## El niño de 11 a 12 años

Características del niño
<ul style="list-style-type: none"><li>• Modificaciones importantes en el plano físico</li><li>• Mejor equilibrio y coordinación</li><li>• Aumento de la memoria visual y auditiva</li><li>• Espíritu crítico y capacidad de discusión</li><li>• Atención más prolongada</li><li>• Ganas de aprender</li><li>• Afirmación de sí mismo</li><li>• Desarrollo del espíritu competitivo</li><li>• Espíritu de equipo</li></ul>
<b>Un jugador dentro de un equipo</b>

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

Contenido de entrenamiento
<ul style="list-style-type: none"><li>• Velocidad, vivacidad y reacción</li><li>• Coordinación</li><li>• Técnica de base (fundamentos del fútbol)</li><li>• Organización básica del equipo (3-2-3).</li><li>• Principios generales del juego y animación</li><li>• Dominio del espacio y de los desplazamientos</li><li>• Partidos reducidos: Partidos de 5 contra 5, 7 contra 7 y 9 contra 9</li><li>• Fomentar la creatividad</li><li>• Favorecer la toma de iniciativas individuales</li></ul>
<b>Jugar y acometer</b>

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

Papel del educador
<ul style="list-style-type: none"><li>• Metodología y pedagogía de la enseñanza</li><li>• Creación de un espíritu de equipo</li><li>• Calidad del comportamiento</li><li>• Conocimiento del fútbol</li><li>• Lenguaje técnico</li><li>• Aprendizaje a través del juego</li><li>• Animación del equipo</li><li>• Demostración, ejecución, corrección</li><li>• Pedagogía del apoyo</li></ul>
<b>Un futbolista dentro de un equipo</b>

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA (2012).

## QUE ENTRENAR EN LA ETAPA DE INICIACIÓN

Los niños de esta edad están ávidos de saber y quieren aprender por eso necesitan una buena guía que los ayude a cimentar, consolidar y fijar los fundamentos de la técnica – táctica y el fortalecimiento físico general.

### 1.-Habilidades motrices básicas

### 2.-Fundamentos técnicos del fútbol



Fuente: Fútbol entrenamiento de Alevines, (Patrice Marcellou, 2009)

Es importante ver en el niño a un niño y no a un adulto pequeño. El pequeño deberá ser motivado en forma adecuada a su edad, sin motivación no hay aprendizaje.

## QUE NECESITA EL NIÑO EN LA INICIACIÓN DEL FÚTBOL

- Confianza y seguridad de sus capacidades.
- Actividades entretenidas, dinámicas que le permitan alcanzar el pleno dominio de sus adquisiciones motoras, de su cuerpo y del espacio.

## FACTORES A TENER EN CUENTA

### Factor Entrenamiento



El niño es un organismo vivo, en proceso de crecimiento, con sentimientos y pensamiento.

Todo ejercicio físico constituye un estímulo. Este estímulo interacciona con su cuerpo produciendo efectos positivos y negativos. Vamos a subrayar los efectos positivos y como conseguirlos y vamos a alertar sobre los efectos negativos que la mayoría de las veces acaban produciendo patologías y por tanto enfermedad o lesión, por lo que debemos extremar el cuidado al administrar la actividad física con el niño. El esfuerzo, cuando el niño no está acostumbrado a él, funciona como un agente agresivo hacia el organismo pues este no está preparado para ello.

Aquí intervienen aspectos como son, la herencia genética y el medio ambiente en el que se desarrolla el deportista.

Para dosificar correctamente la carga de entrenamiento en el niño y el adolescente hay que conocer sus estadios de crecimiento y desarrollo, incluyendo la edad biológica. El niño no es un adulto en miniatura, sino un ser en evolución. A cada etapa del crecimiento corresponden unas características biológicas determinadas que deben ser respetadas. Hay que adaptar la actividad física al niño, no viceversa. No someterlo a esfuerzos superiores a su capacidad, sea por su frecuencia, duración o intensidad.

## CONSIDERAR EL CRECIMIENTO DE LOS NIÑOS

▪ Desarrollo armónico de la fuerza orgánica y muscular.
▪ Desarrollo de la resistencia aerobia y la velocidad de gestual y de reacción
▪ Conciencia objetiva clara.
▪ Dedicación y deseo de aprendizaje.
▪ La fuerza crece por el desarrollo del tejido muscular.
▪ Hay un aumento efectivo de la velocidad a partir de los 8 años
▪ Desarrollo considerable de la coordinación ojo-mano / ojo-pie
▪ Facilidad para lanzar, golpear o patear una pelota a la carrera.
▪ Las performances motoras siguen aumentando en relación con el peso y la talla
▪ Hay un aumento gradual de la fuerza.

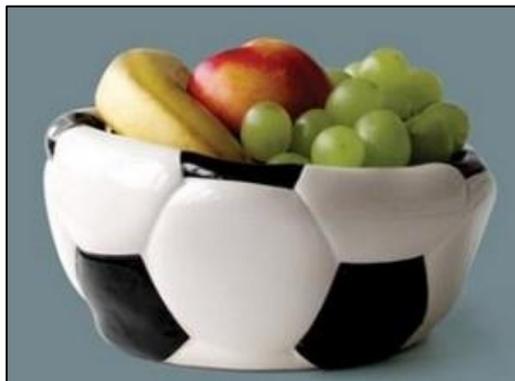
Fuente: Fútbol a la medida del niño, (Horst Wein 2008)

## Factor salud



Al hablar de salud, debemos hablar del estado de salud del niño deportista, sería impensable un desarrollo óptimo de un atleta por medio del entrenamiento si este no se encontrara en buenas condiciones físicas a consecuencia de alguna enfermedad o lesión física de su organismo. Por eso antes de empezar con un proceso de entrenamiento sería correcto visitar al médico para que nos diagnosticara nuestro estado de salud y así evitar desagradables experiencias o fracasos futuros.

## Factor nutrición



La alimentación determina en gran medida el desarrollo físico del futuro deportista, una buena alimentación desde niños determina un desarrollo óptimo, por lo tanto también determina la aparición de un buen deportista; a este respecto hay que señalar que debido al desgaste de las tierras de Cultivo, los productos agrícolas de hoy no tienen los mismos nutrientes que podían aportarnos hace 20 años, por lo que se hace necesario acudir

al médico de cabecera para que nos recete algún complemento alimenticio como pudieran ser los multivitamínicos.

## **La Hidratación**



Dentro del factor nutrición, se incluye la hidratación como un proceso vital para el desarrollo humano. El agua trae bienestar a las personas, y es el elemento principal que asegura un funcionamiento adecuado de nuestro cuerpo al mantener el equilibrio del metabolismo, además ayuda en procesos tan importantes como la respiración, la digestión y la regulación de la temperatura del cuerpo. Es esencial para transportar nutrientes como el oxígeno y las sales minerales, en la sangre. Ayuda a mantener el equilibrio y la presión sanguínea, regula la acidez estomacal, ayuda a mantener todas las reacciones enzimáticas del cuerpo. Por todo lo anterior los especialistas recomiendan consumir dos litros y medio de agua al día para estar en óptimas condiciones.

## **FACTORES PSICOLÓGICOS**

Son aquellos que determinan el perfil conductual del deportista al someterlo a un entrenamiento.

## La conducta.



Fuente: Psicología del Deporte (Manuel G. Zepeda, 2010)



La conducta se define como una o más acciones específicas. Para el manejo de conducta, muchos se concentran en las acciones pero en la realidad el manejo de la conducta es un campo mucho más amplio, el cual toma en cuenta que antes de que ocurra una o más acciones específicas existe algo que establece la base para el

acto (llamado un antecedente) y algo que sigue, lo cual anima o desanima la repetición del acto (llamado una consecuencia). El manejo de la conducta involucra cambiar los antecedentes y consecuencias para que la conducta del deportista cambie. La meta principal de toda estrategia para el manejo de conducta es de aumentar la conducta apropiada y disminuir la conducta inadecuada. La mejor manera de influenciar cualquier conducta es de ponerle atención. La mejor manera de aumentar la conducta deseable es de sorprender al deportista comportándose bien.

## La Motivación



La mayoría de los especialistas coinciden en definir la motivación como un conjunto de procesos implicados en la activación, dirección y persistencia de la conducta (Beltrán, 1993a; Bueno, 1995; McClelland, 1989, etc.). La motivación se plantea desde dos perspectivas; la intrínseca, es la que le permite al individuo tomar las decisiones con base en una fuerza interior. La extrínseca está regida por factores externos con el fin de alcanzar una meta externa como el reconocimiento, la recompensa económica o ganar una competencia (Romo, 2006, p. 154). Estas formas de la motivación se han relacionado con la creatividad y se ha estudiado la influencia tanto de una como de otra, sobre el proceso creativo. Los deportistas deben ser enérgicos, productivos y estar motivados por metas. Los aspectos de la motivación están presentes en la adquisición de cualquier conducta. El componente de expectativa, que hace referencia a las creencias y expectativas de los deportistas para realizar una determinada tarea. Este componente se podría traducir en la siguiente pregunta: **¿soy capaz de hacer esta tarea?**

El componente de valor, que indica las metas de los deportistas y sus creencias sobre la importancia e interés del entrenamiento. Este componente se podría traducir en la siguiente pregunta: ¿por qué hago esta tarea?. El componente afectivo, que recoge las reacciones emocionales de los deportistas ante la tarea.

(Goleman, 1996), la motivación implica conocer las propias emociones y regularlas tanto personalmente como socialmente (autorregulación emocional). La inteligencia emocional entonces está relacionada con la motivación, ya que una persona es inteligente emocionalmente en la medida que puede mejorar su propia motivación.

## LA CONCENTRACIÓN

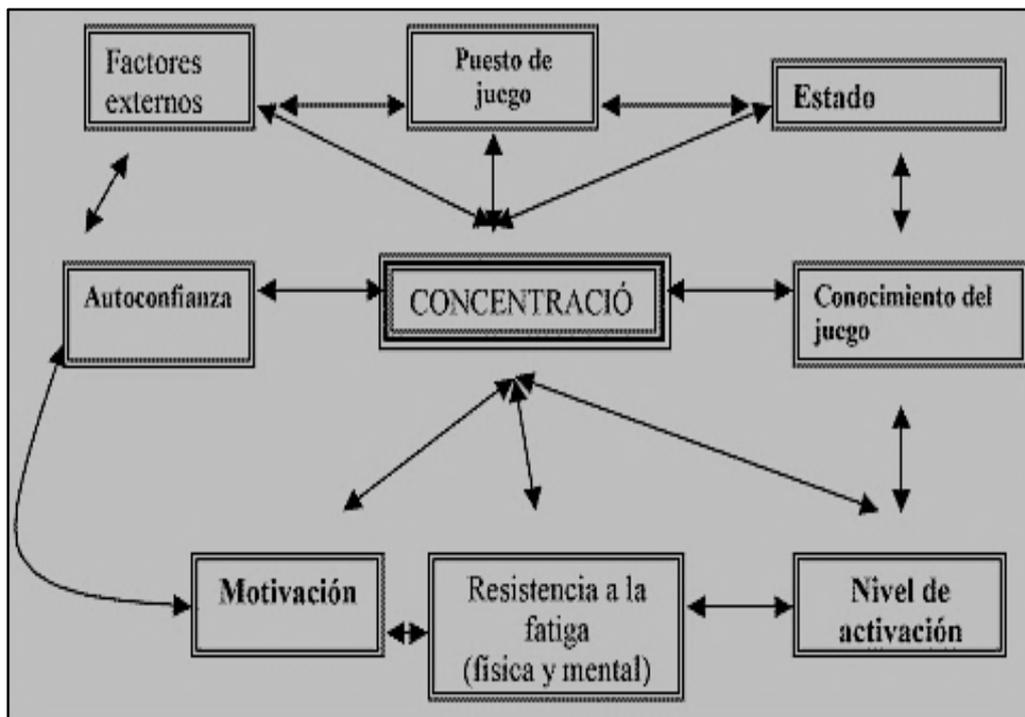


La concentración es una de las claves más importantes que se pueden poner al servicio del niño deportista para mejorar su rendimiento tanto en la competición como en los entrenamientos. De hecho, las alusiones a la concentración son muy frecuentes entre los niños y los entrenadores, algunos ejemplos podrían ser los del tipo: "tienes que estar más atento a la jugada...", "la falta de concentración al principio ha marcado el desarrollo del encuentro..." o "si este jugador no saltase al campo tan descentrado sería un excelente futbolista...". Es muy frecuente incluso escuchar como se explica un mal partido por la falta de concentración, ya sea en momentos críticos puntuales o durante todo su desarrollo.

La concentración se define como:

"La focalización de toda la atención en los aspectos relevantes de una tarea, ignorando o eliminando los demás. Lo específico de la concentración es que se trata de dirigir la totalidad de la atención y no sólo una parte de ella a la tarea que estemos ejecutando" (González, 2006).

**Principales variables que se encuentran relacionadas con la concentración.**



Fuente: Fundamentos de la Psicología (Weinberg y Gould, 2010),

**Principales variables implicadas en el fútbol cuya manipulación permitirá mejorar la concentración en los entrenamientos con los niños.**

	<b>VARIABLES</b>	<b>GRADOS</b>
<b>EXIGENCIA VISUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ángulo de visión.</li> <li>- Nº de estímulos</li> <li>- Claridad del estímulo</li> <li>- Tipo de estímulo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 0º, 45º, 90º, 180º</li> <li>- 1, 2, 3...7...</li> <li>- difuso...claro</li> <li>- Específico..., no específico</li> </ul>
<b>EXIGENCIA TÁCTICA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posibilidades de acción               <ul style="list-style-type: none"> <li>A) número</li> <li>B) otros medios</li> </ul> </li> <li>- Complejidad táctica               <ul style="list-style-type: none"> <li>C) individual</li> <li>D) colectiva básica (2-3 jugadores) (5-6 jugadores)</li> </ul> </li> <li>- colectiva compleja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2...4...6 pases</li> <li>- posibles</li> <li>- pase, chut o regate</li> <li>- regate a derecha o izquierda</li> <li>- pared</li> <li>- provoca fuera de juego</li> <li>- crear espacios</li> <li>- actuar según sistema de juego</li> </ul>
<b>EXIGENCIA FÍSICA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfuerzo-recuperación</li> <li>- Velocidad en acciones</li> <li>- Espacios a recorrer</li> <li>- Intensidad en la lucha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 15º, 30º, 1', 2' ...</li> <li>- alta, media, baja</li> <li>- 10m...30m...60m</li> <li>- alta, media, baja</li> </ul>
<b>EXIGENCIA TÉCNICA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Superficie de contacto</li> <li>- Lateralidad pierna</li> <li>- Distancias pase-chut</li> <li>- Distancias de recepción</li> <li>- Trayectorias del balón</li> <li>- Velocidad del balón</li> <li>- Velocidad del ejecutor</li> <li>- Enlaces pre-post</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interior...cabeza</li> <li>- Derecha...izquierda</li> <li>- 2m...4m...15m...30m...</li> <li>- 1m...6m...10m...40m...</li> <li>- raso, parabólica</li> <li>- alta, media, baja</li> <li>- alta, media, baja</li> <li>- recepción-chut</li> <li>- recepción-pase-corre</li> </ul>
<b>GRADO DE OPOSICIÓN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. relación atacantes - defensas</li> <li>2. amplitud del espacio de juego</li> </ol>	

Fuente: Fundamentos de la Psicología (Weinberg y Gould, 2010),

Cada una de estas variables y de grados de dificultad que implican puede estar en la base de los ejercicios que planteemos para la mejora y el entrenamiento de los focos de atención externos, ya sean amplios o estrechos.

## UNIDAD II

### ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS

#### TÉCNICA

**DEFINICIÓN.-** Son todas aquellas acciones motrices que es capaz de desarrollar un jugador con el balón o en procura del mismo.

La técnica en el fútbol

Técnica en Ataque	Técnica en Ataque	Técnica en Defensa
Técnica Individual	Técnica Colectiva	Técnica Defensiva
Control	Pase Finta Relevo Acciones Combinativas	Despeje
Dominio		Desvío
Conducción		Interceptación
Golpeo		Entrada
Regate		Tackle
Tiro		Carga

Fuente: fútbol a la medida del niño (Horst Wein, 2008)

En la enseñanza/aprendizaje del fútbol en la etapa de iniciación deportiva deberemos centrarnos en sentar las bases de una buena técnica individual.

## TÉCNICA INDIVIDUAL

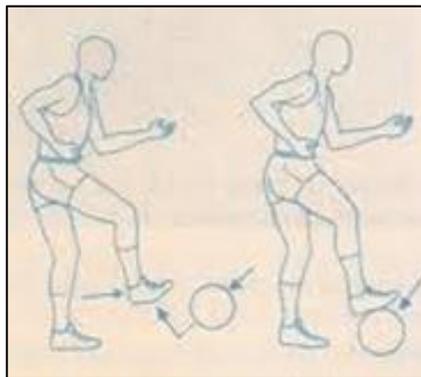
### EL CONTROL



Es hacerse el jugador con el balón, dominarlo y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior.

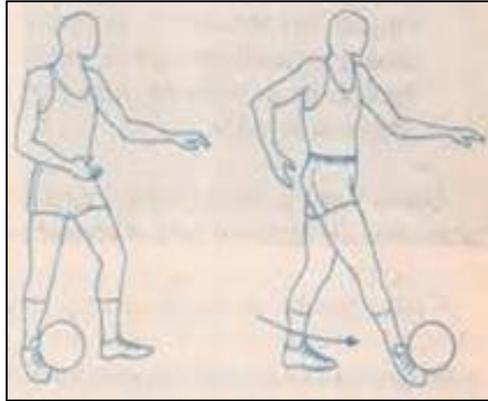
#### **Clases de Control:**

- PARADA: Inmoviliza totalmente un balón raso o alto, sirviéndose de la planta del pie. Jugador y Balón parados.



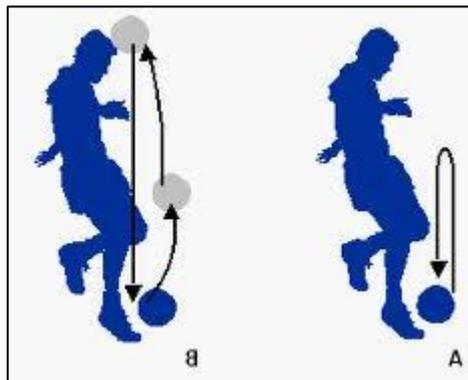
Fuente: Fútbol medios de entrenamiento, (Miguel Ángel Portugal, 2008)

- SEMIPARADA: El balón no se inmoviliza totalmente pudiéndose efectuar con cualquier superficie de contacto del pie, pecho y la cabeza.



Fuente: Fútbol medios de entrenamiento, (Miguel Ángel Portugal, 2008)

- AMORTIGUAMIENTO: Acción inversa del golpeo, se reduce su velocidad mediante el retroceso de la parte del cuerpo a emplear.



Fuente: Fútbol medios de entrenamiento, (Miguel Ángel Portugal, 2008)

### Superficies de Contacto:

- PIE: Planta, Empeine interior, empeine total, empeine exterior
- PIERNA: Muslo
- TRONCO: Pecho
- CABEZA: Frontal y parietal

### Principios básicos para un buen control:

- ✚ Atacar el balón en lugar de esperarlo
- ✚ Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo que intervenga.
- ✚ Relajamiento total en el momento del contacto.
- ✚ Orientarse, decidiendo la acción posterior, al control a realizar

### Cómo realizarlo el control con los pies:

1. Colocarse de pie, frente al balón.
2. Levantar la cabeza y mirar hacia el balón.
3. Inicialmente, posicionar el pie de apoyo delante del pie ejecutante.
4. En el momento de recibir el balón, adelantar el pie ejecutor, avanzando hacia fuera, y en el momento del contacto con el balón, retrasar el pie con el objetivo de que la bola se amortigüe y pierda velocidad y finalmente quede dominada.

#### Secuencia del control con borde interno



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

### Secuencia del control con la planta de pie



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

### Cómo realizar el control con el pecho

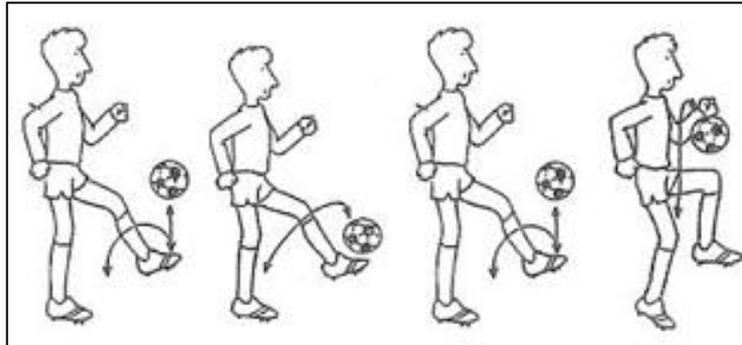
1. Colocarse de pie, frente al balón.
2. Levantar la cabeza y mirar hacia el balón durante su trayectoria.
3. En el momento de recibir el balón, retrasar el pecho de modo que el balón sea amortiguado, pierda velocidad y caiga al suelo de frente a nosotros, con el objeto de poder jugarlo con el pie.
4. Usar los brazos para mantener el cuerpo en equilibrio

### Secuencia del control con el pecho



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## DOMINIO DEL BALÓN



Es la capacidad que tiene el jugador de dominar el balón por suelo o aire mediante más de dos toques.

### **Tipos de dominio:**

- 1.- Estático (Jugador y balón en el sitio)
- 2.- Dinámico (Jugador y balón en movimiento)

### **Superficies de contacto:**

- Cabeza
- Hombros
- Pecho
- Muslo: izquierdo y derecho
- Pie izquierdo y derecho: empeine total, borde interior y borde exterior

### **Bases para un buen dominio del balón**

- 1.- Es importante el equilibrio del cuerpo.
- 2.- Tener una buena coordinación
- 3.- La sensibilidad hacia el balón.
- 4.- Estar relajado y en totalmente en armonía con el balón

### Como realizarlo:

- 1.- Levantar el balón con el empeine y, a continuación, iniciar un golpeo con toques variados y sin desplazamiento.
- 2.- Toques sin desplazamiento, o moviéndose ligeramente, con los pies, muslos y cabeza alternativamente.
- 3.- Realizarlo progresivamente.

### Secuencia del dominio con los pies



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

### Secuencia del dominio con la cabeza



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

### Secuencia del dominio con los muslos



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## LA CONDUCCIÓN



Es la técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego o transportándolo por el aire mediante pequeños toques de balón.

### **Tipos de conducción:**

- 1.- Individual: cuando se realiza en beneficio propio (contraataque)
- 2.- De conjunto: está encadenada con otras acciones técnicas donde intervienen los compañeros para finalizar la jugada.

### **Superficies de Contacto:**

- PIES: rodando por el terreno
- MUSLOS: transportándolo por el aire
- CABEZA: transportándolo por el aire

### **Bases para una buena conducción:**

- 1.- Acariciar el balón (precisión de golpeo y fuerza aplicada al balón)
- 2.- La visión entre espacio y balón (visión periférica oponente y compañero)

3.- La necesidad de su protección (camino a seguir para guardar y salvaguardar la pérdida del balón)

### **Cómo realizarlo:**

1.-Colocar el balón en el uso junto a la cara del pie.

2.-Contactar con el balón mediante pequeños toques con la parte interna o externa del pie, de modo que el balón no se aleje mucho, para controlarlo mejor.

3.-Mantener el tronco ligeramente inclinado hacia delante, sobre el balón.

4.-Poco a poco, retirando la vista del balón, dirigiéndola hacia el juego, para ver mejor a los compañeros y a los adversarios.

### **Secuencia de la conducción borde interno-externo**



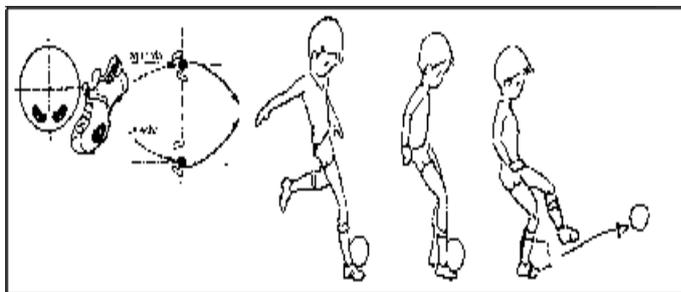
Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## Secuencia de la conducción del balón con la cabeza



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## EL GOLPEO CON EL PIE



Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta. (Conducir, pasar en corto, hacerse un autopase, Despejar, pasar en largo tirar a gol, etc.)

### **Superficies de contacto:**

- Empeine Total: Se emplea para golpes fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión. (E. Total: Golpeo trayectoria alta o picada).

- Empeine Interior y Exterior: Golpeos con efecto, son golpeos de gran precisión, fuerza y velocidad.

- Parte Interior y Exterior: Para golpeos seguros y cercanos. Son los de mayor precisión pero de menos velocidad. (Golpeo preciso raso y a media altura).

- Puntera, Planta y talón: Son golpeos para sorprender, y normalmente se utilizan como recurso. (Puntera: Golpeo fuerte raso o a media altura).

### **Como realizarlo**

1.-Pierna Activa, es aquella que ejecuta el movimiento entrando en contacto con el balón, realizando el gesto técnico preciso.

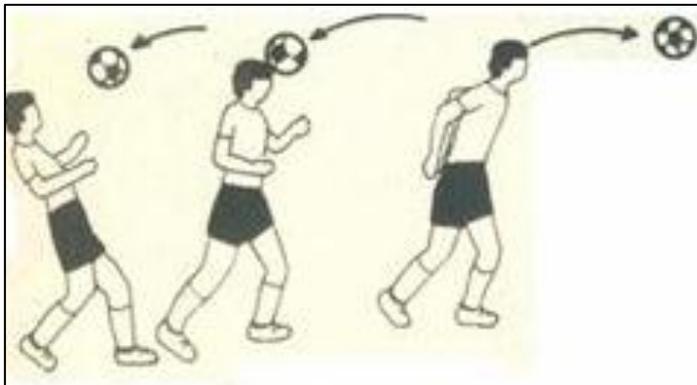
2.-Pierna Pasiva, es la pierna de apoyo, equilibra el momento de la acción.

#### Golpeo del balón borde externo



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## EL GOLPEO CON LA CABEZA



Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta. Es imprescindible en el fútbol para poder aplicarla a todas las alternativas que se plantean al jugador cuando el balón está en el aire.

### **Superficies de contacto:**

- Frontal: Para dar potencia y dirección.
- Frontal-lateral: Lo mismo (giro de cuello).
- Parietal: Para los desvíos
- Occipital: Para las prolongaciones.

### **Golpeo en diferente posición:**

- De parado.
- De parado con salto vertical.
- En carrera sin saltar.
- En carrera con salto.
- En plancha.

## **Finalidad del golpeo con la cabeza**

1.- Desvíos: desviar el balón con la cabeza es cambiar la dirección y trayectoria del mismo. Interceptación en el desvío defensivo, y pase o tiro en el desvío ofensivo.

2.- Prolongaciones: siempre que el balón no cambie de trayectoria, aunque puede cambiar de altura

3.- Despejes: es la acción de alejar el balón de nuestra propia portería.

- Remates: es la acción de enviar el balón a la portería adversaria.

## **Aspectos ofensivo y defensivo**

**1.- En el aspecto ofensivo:** Pase, desvío a gol, remate, prolongación amortiguamiento.

**2.- En el aspecto defensivo:** generalmente es una interceptación por despeje, desvío, anticipación.

## **Como realizarlo**

1.-Superficie de golpeo: Frontal, parietal y occipital, dependiendo de dónde procede el balón. Es recomendable utilizar siempre el frontal si es posible.

2.- Movimiento de cabeza: Inclinar hacia atrás antes de golpear y llevarla hacia adelante cuando se toma el contacto. Abrir los ojos.

3.- Movimiento cuerpo: Abrir las piernas, arquear todo el cuerpo, ayudar con los brazos, que no sean pesos muertos. Total atención sobre el balón.

### Secuencia del golpe de cabeza frontal



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

### Secuencia del golpe de cabeza pariental



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## EL REGATE



Es la acción técnica que nos permite avanzar con el balón, conservándolo y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego.

### **Tipos de regate**

- 1.- Simple: se desborda al adversario sin acción previa.
- 2.- Compuesto: se hace uso de la finta para, posteriormente, desbordar al adversario.

### **Ventajas que se pretenden con el Regate**

- Permitir el desmarque y penetración de los compañeros.
- Desequilibrar al adversario y dejarle fuera de la jugada.
- Colocarnos en situación de segunda acción.
- Ganar tiempo.
- Ser dueños del juego para:
  - Darle seguridad.
  - Darle velocidad.
  - Engañar constantemente.
- Improvisar acciones.

### **Justificación del regate**

- En el área contraria, para conseguir ángulo de tiro.
- Cuando se encuentra aislado el poseedor.
- Para clarificar una acción posterior.

### **La no justificación del regate**

- Cuando el pase es posible.
- En el área propia, rodeado de adversarios
- Cuando existe claro ángulo de tiro.

### **Como realizarlo**

- 1.- Perfecto dominio de los apoyos en el suelo.
- 2.- Dominio del cuerpo.
- 3.- Dominio completo del balón, a pesar de la oposición.
- 4.- Habilidad, destreza e imaginación.
- 5.- Un buen cambio de ritmo en la progresión, para desplazar el balón fuera del alcance del adversario y engañarle.

## Secuencia del regate para sobrepasar al adversario



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## EL TIRO



Es la acción técnica que consiste en todo envío de balón sobre la portería contraria. Cualquier superficie de contacto es válida si su ejecución no modifica las leyes del Reglamento; más utilizadas son los pies y la cabeza.

### **Superficies de contacto**

- Empeine Frontal
- Empeine Interior
- Empeine Exterior

- Parte Exterior
- Parte Interior
- Puntera
- Planta
- Talón
- Remate de cabeza

### **Aspectos a tener en cuenta por el jugador que tira**

- Superficie reducida de la portería
- Situación del portero
- Densidad de adversarios.
- Situación de los compañeros.
- Distancia del tiro.
- Ángulo de tiro.
- Zona de tiro.

### **Características que debe poseer el que tira**

#### **a.) Respecto a su técnica:**

- Pleno dominio del balón.
- Potencia de golpeo.
- Precisión de golpeo.
- Equilibrio.

#### **b.) Respecto al aspecto psicológico:**

- Decidido
- Valiente
- Con convencimiento
- Agresivo.
- Perseverante.

### **Cómo realizarlo:**

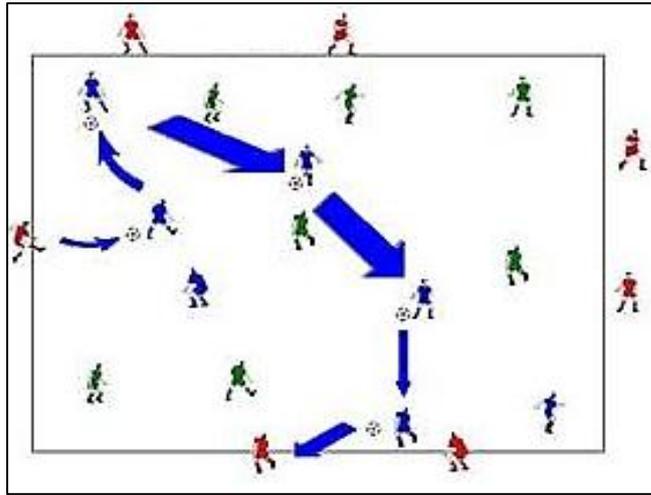
1. Levantar la cabeza y mirar hacia la portería.
2. Inicialmente, colocar el pie de apoyo delante del pie ejecutante.
3. En el momento del remate, avanzar la pierna ejecutante, la punta del pie girará hacia abajo golpeando el balón con el empeine del pie.
4. Inclinar el tronco ligeramente hacia delante (para que el balón no coja altura) y utilizar los brazos para mantener el equilibrio.

### **Secuencia de la ejecución del tiro**



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## LA TÉCNICA COLECTIVA



Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada.

La principal acción técnica en la enseñanza de la iniciación del fútbol es el pase

### **El pase**

Es la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo, es el principio del juego colectivo.

### **Objetivo del pase:**

El pase consiste en enviar el balón en la dirección de un compañero, y es también una forma de progresión sobre el terreno para que puedan crearse con mayor facilidad situaciones de gol.

La precisión, la forma y la velocidad de ejecución son determinantes en la eficacia del pase.

## **Superficies de contacto**

- Pase con el interior del pie;
- Pase con el empeine del pie;
- Pase con la cara externa del pie;
- Pase con la cabeza.
- **Cómo realizar el pase con borde interno**

1. Levantar la cabeza y mirar hacia el compañero al que queremos pasar el balón.
2. Inicialmente, colocar el pie de apoyo delante del pie que contacta con el balón.
3. En el momento del pase, avanzar el pie ejecutante en dirección hacia fuera y golpear el balón con la parte interna del pie.

El balón deberá ser pasado preferiblemente con una trayectoria baja, pegando al suelo.

## Secuencia de la ejecución del pase

Imagen N°1



Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

Imagen N° 2



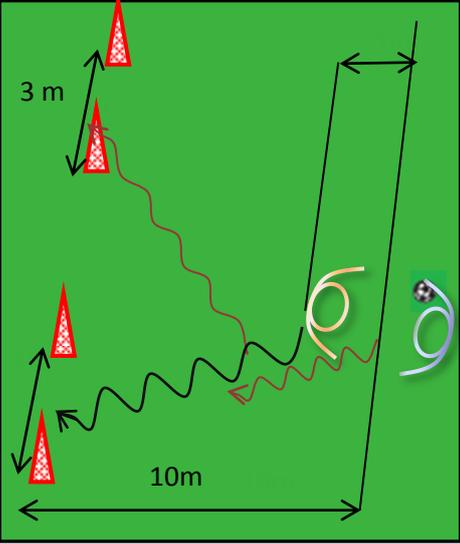
Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

Imagen N° 3

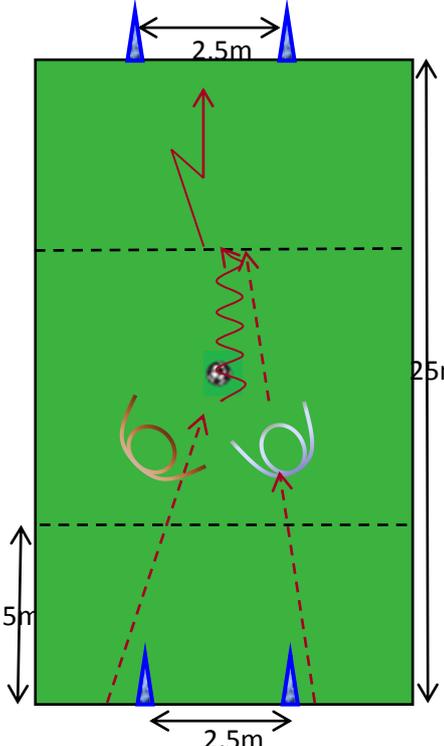


Fuente: Escuela de Fútbol Esencia Indígena, (año 2013)

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR LA TÉCNICA EN EL FÚTBOL

Ejercicio 1	Objetivo: Entradas
<p>Se coloca porterías de conos de (3m) a cada lado del defensa. Cuando el defensa intente tocar el balón parado con un pie (el atacante se encuentra a 1,5m de distancia de él). El atacante debe desplazar el balón con rapidez. Lateralmente, fuera del radio de acción del defensa. Para después concluirlo en una de las dos porterías menos defendida.</p>	

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

Ejercicio 2	Objetivo: Conducir y conservar la posesión del balón
<p>Después de la señal del entrenador ambos salen hacia el balón situado a (12,5m). El que logra la posesión del balón debe conducirlo hacia el área contraria para posteriormente tirar a portería desde unos metros antes.</p> <p>Mientras el jugador que alcanzó la posesión del balón intenta marcar en la portería del fondo, el otro jugador intenta evitar la anotación. Después de cada anotación los jugadores intercambian posiciones.</p>	

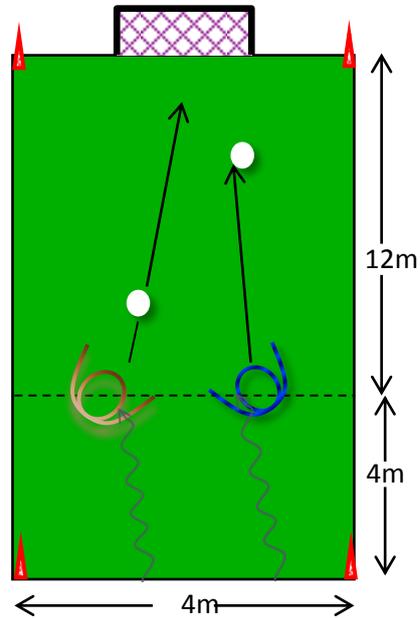
Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 3****Objetivo:** conducción y finalización**Objetivos formativos**

-Mejorar la capacidad de aceleración con el balón

-Saber sincronizar los dos gestos técnicos: rápida conducción del balón y posterior tiro a portería.

**Desarrollo:** Dos jugadores con balón salen al mismo tiempo desde la línea delimitada, conducen el balón hasta pasar la línea de 4 metros y lanzar el balón a la portería situada a 12 metros de distancia el jugador que anote primero suma un punto. Gana el jugador que acumule más goles.

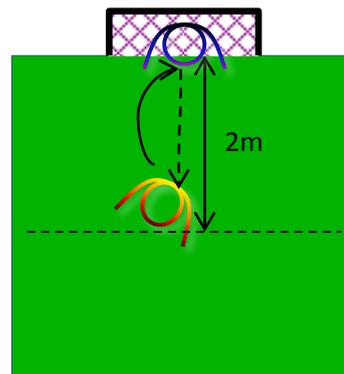


Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 4****Objetivo:** Juego y remate de cabeza

**Organización:** separado a 2 metros del arco de (5m x 2m) el arquero y el jugador.

**Desarrollo:** desde la portería, el portero sirve le balón con las manos al atacante, situado sobre una línea paralela, para que este remate de cabeza a puerta e intente realizar el gol, se puede alternar los atacantes.



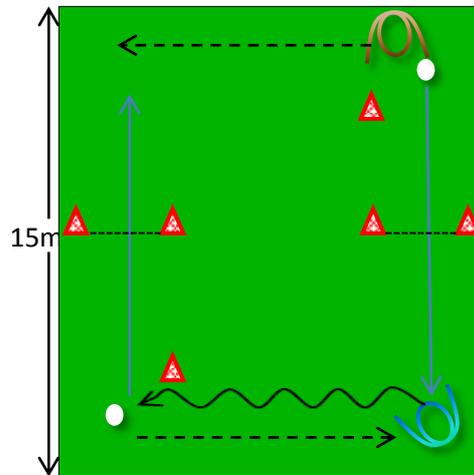
**Variantes:** de acuerdo a la edad se puede modificar la distancia, el peso del balón o antes del remate realizar ejercicios de coordinación.

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 5****Objetivo:** precisión en el pase

**Organización:** Los dos jugadores se sitúan enfrentados y separados a 15 metros, con dos porterías de conos en la mitad de los lados.

**Desarrollo:** Un jugador conduce el balón por los 15 metros de anchos del campo para buscar un tiro con el pie menos/más hábil a través de una de las porterías situadas a 7,5 metros de distancia. Detrás en el fondo, espera el pase el segundo jugador, quien después de haber recibido el balón, repite la acción del primero.



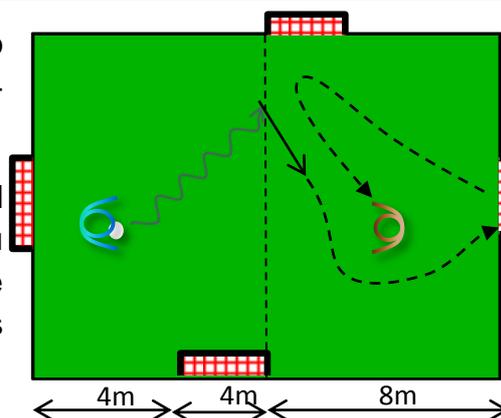
**Variantes:** según la edad del jugador se puede variar el peso del balón y las distancias.

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 5****Objetivo:** Cambio de ritmo y dirección

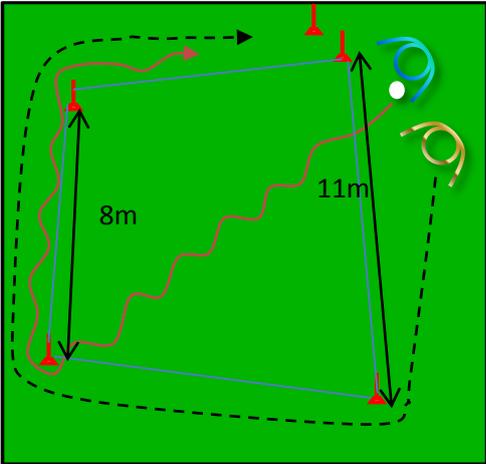
**Organización:** En un campo rectangular con 4 porterías de 4 metros en cada lado.

**Desarrollo:** El atacante inicia el juego saliendo con el balón en su propia portería con el objetivo de marcar gol en las dos porterías asignadas, la del fondo

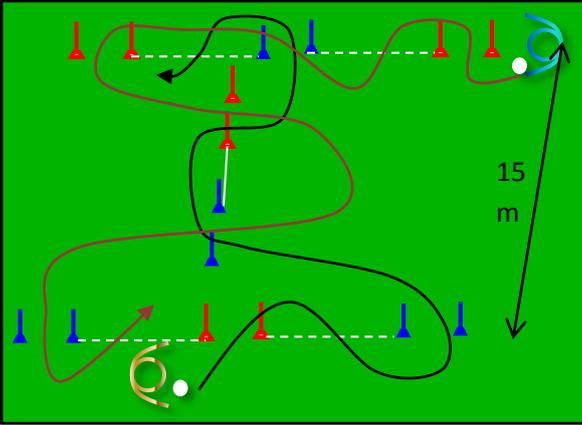


y de la izquierda o derecha, el jugador sin balón debe reaccionar para defender las dos suyas, y en caso de recuperar inmediatamente contraatacar, después de cada gol se reanuda el juego pero con un cambio de posesión.

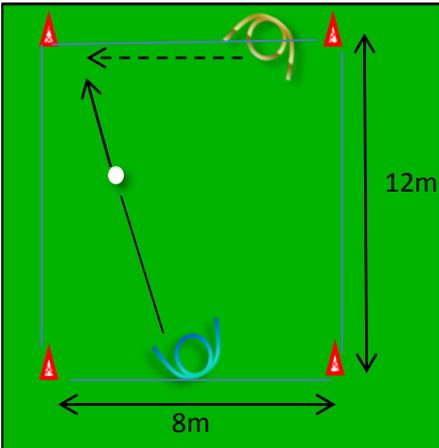
Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

Ejercicio 6	Objetivo: Conducción y persecución
<p><b>Organización:</b> tenemos dos jugadores, uno con un balón y otro sin él, en un terreno delimitado por conos (ver la figura).</p> <p><b>Desarrollo:</b> los 2 jugadores salen al mismo tiempo, el atacante debe conducir el balón alrededor de tres conos, en tanto que el otro jugador corre alrededor de los 4 conos con el fin de alcanzar al primero y tocarlo antes de llegar a la portería.</p> <p><b>Variantes:</b> en el recorrido se puede poner obstáculos</p>	

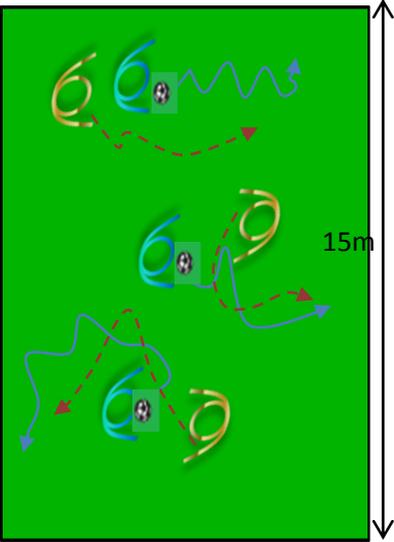
Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

Ejercicio 7	Objetivo: Conducción y visión periférica
<p><b>Organización:</b> un rectángulo de 15 metros de ancho por 20 metros de largo con ocho porterías ubicadas como el gráfico.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Los jugadores salen de manera instantánea desde posiciones opuestas. Su tarea es conducir el balón a través de las ocho porterías sin olvidar ninguna, gana el que primero llegue a su posición inicial.</p>	

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

Ejercicio 8	Objetivo: Pase y control
<p><b>Organización:</b> en espacio de 8 x 12 metros dos jugadores y cuatro conos.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Cada uno en el centro de su portería debe lanzar el balón a ras de suelo hacia la portería contraria intentando anotar el gol, No se permite entrar en el campo para tirar o parar el balón. El defensor intentara controlar el balón si hacer uso de las manos.</p>	 <p><b>Variantes:</b> usar las dos piernas, diferentes superficies de contacto</p>

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

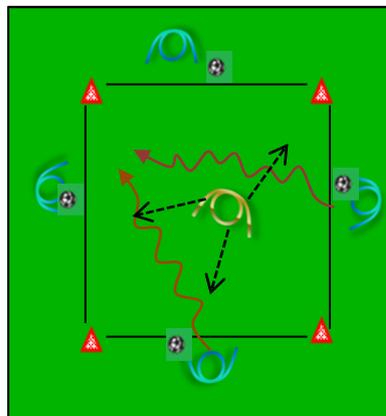
Ejercicio 9	Objetivo: Conducción y posesión del balón
<p><b>Organización:</b> en un cuadrado de 15 x 15 metros 3 o 4 parejas, cada una con un balón</p> <p><b>Desarrollo:</b> A la señal del entrenador se juega 1 vs 1 dentro del cuadrado el jugador en posesión del balón realiza conducciones fintas protección del balón, mientras el defensor intenta realizar entradas, anticipaciones para arrebatarle la posesión del balón las tres parejas compiten al mismo tiempo.</p>	

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 10****Objetivo:** Conducción y posesión del balón

**Organización:** un defensa está encerrado en un cuadrado de 10 x 10 metros y cuatro jugadores en cada recta del cuadrado cada uno con un balón.

**Desarrollo:** El monitor llama por su nombre a un atacante para que intente cruzar la "jaula" hasta salir con el balón dominado a su lado opuesto, cambiamos de defensor cuando se ha repetido ocho veces.



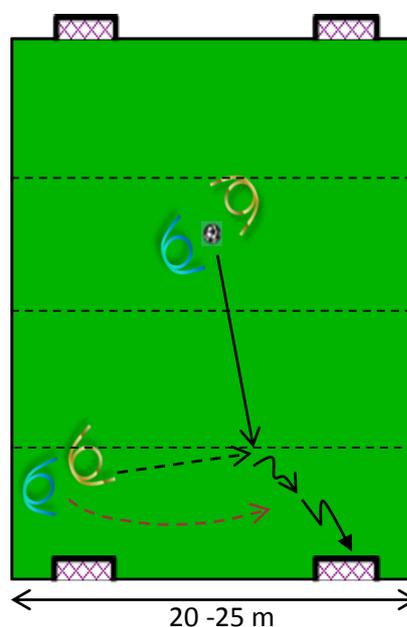
Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 11****Objetivo:** Juego con tiro a la portería

**Organización:** En un campo de 20 x25m por parejas o tríos y cuatro porterías.

**Desarrollo:** El juego se inicia con un saque neutral del entrenador para realizar el gol el jugador en posesión del balón debe chutear desde el interior o desde el exterior del área contraria, mientras los defensores deben recuperar la posesión del balón y contraatacar.

**Variantes:** Puede ser en tríos o de en cuartetos, se puede aumentar obstáculos en el campo.



Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

Ejercicio 12	Objetivo: Concentración en el pase
<p><b>Organización:</b> Dos cuadrados de 15 x 15 metros separados a una distancia de 10m; 3 jugadores en posesión del balón contra un defensor en cada cuadrado.</p> <p><b>Desarrollo:</b> se debe pasar el balón de un cuadrado al otro luego de realizar mínimo dos toques mientras el defensor intentara evitarlo.</p>	<div data-bbox="810 392 1348 705" style="text-align: center;"> <p>15m                      15m</p> </div> <p><b>Variantes:</b> se puede aumentar un defensor más, numero de toques o aumentar la distancia</p>

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

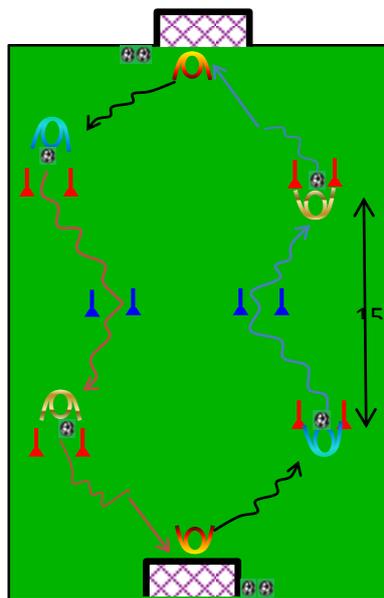
Ejercicio 13	Objetivo: conducción a velocidad
<p><b>Organización:</b> circuito con cuatro jugadores con porterías de 2 metros.</p> <p><b>Desarrollo:</b> a las señal del entrenador cuando el atacante comienza a conducción por el recorrido el defensor corre para evitar e gol en la portería frontal, después de cada ataque los jugadores cambian las funciones.</p>	<div data-bbox="917 1176 1300 1680" style="text-align: center;"> <p>20m</p> </div> <p><b>Variantes:</b> aumentar obstáculos para el atacante, y para el defensor; aumentar las distancias de acuerdo a la edad.</p>

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 14****Objetivo:** Conducción concambios de ritmo

**Organización:** seis u ocho jugadores en un rectángulo de 30 x50 metros, dos porterías

**Desarrollo:** En el circuito, los jugadores deben conducir el balón por la zona delimitada, para una vez superada la última portería lanzar el balón en carrera a la meta de enfrente defendida por un portero momentáneo. Después del tiro el jugador se transforma en portero mientras el que ocupaba ese lugar continúa con el balón el circuito hacia la derecha con el objetivo hacia la otra portería.



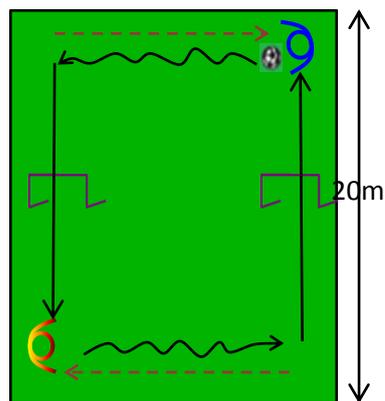
**Variantes:** se puede combinar con regates, fintas, aumentar o disminuir las distancias aumentar porterías y jugadores.

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 15****Objetivo:** pases y concentración

**Organización:** un cuadrado de 20 x 20 metros, con dos porterías sin red y 2, 4, 6, jugadores.

**Desarrollo:** se conduce el balón hasta llegar a la altura del arco para intentar pasar el balón, y se desplaza nuevamente hacia el otro arco a recibir el balón para continuar la acción.



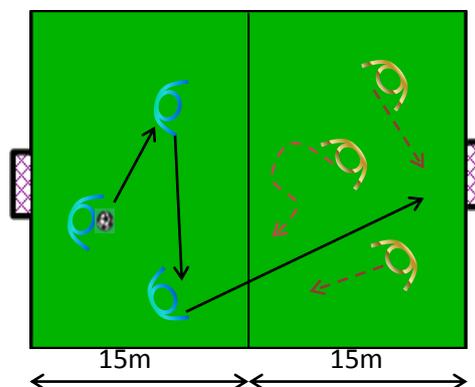
**Variantes:** se puede aumentar jugadores formando dos equipos se puede poner obstáculos antes de realizar el pase.

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 16****Objetivo:** pases y orientación

**Organización:** en un rectángulo de 30 x 15 metros dividida por la mitad, más 2 arcos pequeños y 2 equipos de 3 ó 4 jugadores.

**Desarrollo:** comienza el juego con la posesión de balón del equipo defensor que intentará anotar el gol luego de realizar algunos toques de balón, y sin pasar la línea divisora, cuando el equipo defensor recupere el balón intentará anotar en el arco contrario.



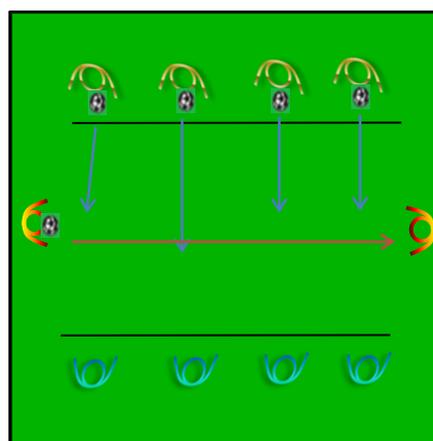
**Variantes:** se puede aumentar jugadores, aumentar porterías y de acuerdo a la edad el número de toques.

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 17****Objetivo:** Tiempo y espacio del pase

**Organización:** un cuadrado de 20 x 20 metros, diez jugadores y cinco balones.

**Desarrollo:** Los dos jugadores ubicados horizontalmente intentarán tocar el balón varias veces evitando que mientras los jugadores en posición vertical tapan el balón enfrentados desvíen el balón.



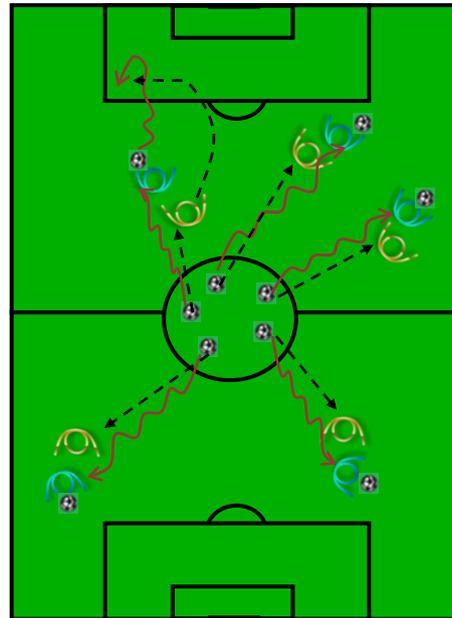
**Variantes:** seis jugadores forman dos equipos de 3 jugadores que se encuentran detrás de las líneas. Se coloca un balón en el campo donde no pueden ingresar, los equipos tendrán seis balones para poder llevar al balón hacia la línea opuesta.

Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 18****Objetivo:** posesión del balón, finta y regate

**Organización:** en un campo reglamentaria diez jugadores, divididos en dos equipos, más cinco balones.

**Desarrollo:** a la señal del entrenador los jugadores de un equipo deben convertirse en atacante y deben conducir el balón fuera del círculo hasta cruzar una de las líneas del campo, los defensores tienen que evitarlo y llevar el balón de regreso al círculo central.

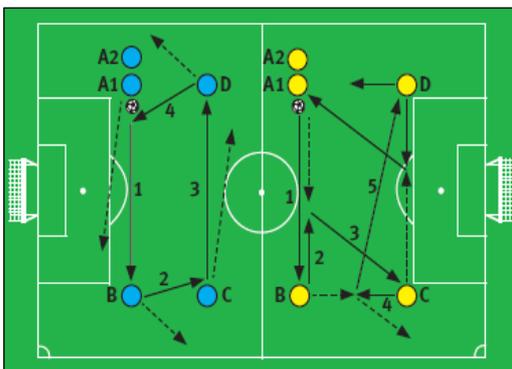


Fuente: Fútbol a la medida del niño (HORST WEIN)

**Ejercicio 1****Objetivo:** Pase a ras del suelo y control del balón.

**Organización:** 5 jugadores por ejercicio. Superficies delimitadas (con conos, discos, etc.). 1 balón para comenzar, luego dos.

**Desarrollo:** **A1** juega la pelota a **B**, **B** controla el balón lo coloca en la trayectoria de **C**, ocupando luego el puesto de **C**. **C** pasa el balón a **D** este lo controla y juega luego al espacio a **A2**. Tras los pases, se intercambian las posiciones, según las indicaciones del entrenador. Se cambia igualmente la dirección de juego.



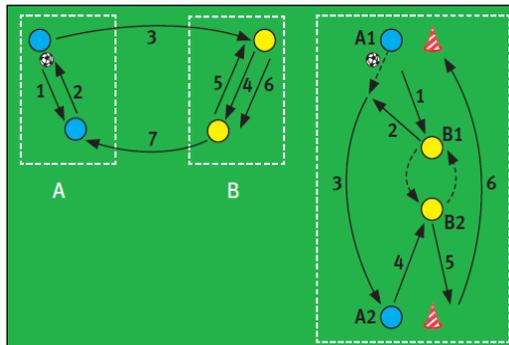
**Variante:** Pases y control de balón variados. Ejercicios con 2 balones. Juego directo a 1 toque (pase, toque, pase), según el ejemplo con los jugadores amarillos.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 2****Objetivo:** Pases cortos y pases largos aéreos

**Organización:** 4 jugadores por ejercicio. Superficies delimitadas (con conos, doscos, etc.), 1 balón.

**Desarrollo:** Los jugadores del grupo **A** intercambian pases cortos directos, moviéndose constantemente. Tras 3-4 pases, habitan al grupo **B** con un pase largo. Uno de los jugadores del grupo **B** controla el pase y toca el balón a su compañero (pase directo). Los pases se realizan alternativamente con el pie derecho e izquierdo.



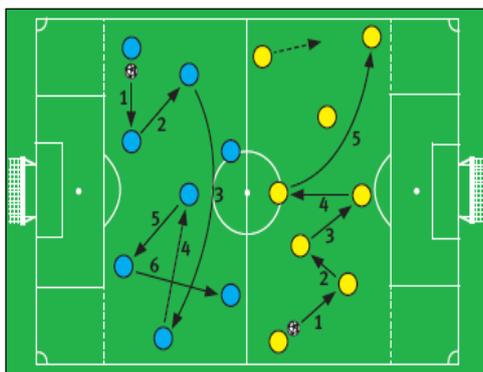
**Variantes:** A1 pasa el balón a B1, quien lo devuelve. A1 lanza un pase largo a ras del suelo o por alto hacia A2. Los jugadores del grupo **B** juegan al toque y luego cambian posiciones.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 3****Objetivo:** Pases y control variados

**Organización:** 2 grupos de 6-8 jugadores. Superficie delimitada (con conos. Discos, etc.). 1 balón por grupo.

**Desarrollo:** Se hace circular el balón en el grupo, a 2 toques cada uno, luego a 1 toque, dependiendo de la situación. Los jugadores se mueven constantemente por toda la superficie de juego. Se intenta aplicar la triangulación. Luego, efectúan tres pases cortos, seguidos de uno largo.



**Variantes:** Los dos grupos juegan juntos. El conductor de la pelota se la juega siempre a uno del otro color. Con 1, 2 o 3 balones.

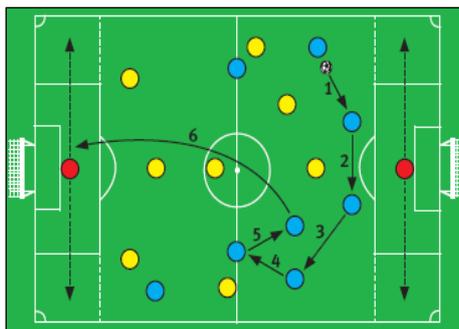
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 4****Objetivo:** Juego 8:8 / 6:6 con guardametas

**Organización:** 2 equipos de 8 jugadores cada uno. Superficie delimitada (con conos, discos, etc.). 2 guardametas neutrales juegan detrás de las líneas de demarcación.

**Desarrollo:** El objetivo es conservar la pelota y ocupar los espacios. Máximo tres toques por jugador. Tras cinco pases, se ha de marcar un gol; luego largo saque aéreo a las manos de guardameta del campo opuesto.

**Variantes:** Máximo dos toques por jugador. Los mismos ejercicios, pero con dos metas. Tras 5 pases, se puede marcar un gol en una de las



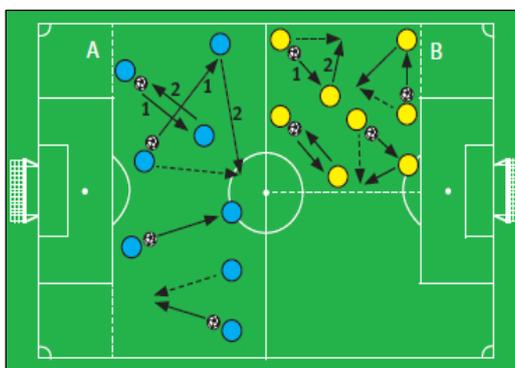
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 5****Objetivo:** Recepción de balón, y pases cortos y largos

**Organización:** 2 grupos de 8 jugadores en parejas por ejercicio; 1 balón para dos. Superficies de juego delimitados (A y B). Los jugadores cambian de lado después de cierto tiempo.

**Desarrollo:** Pase a los pies, recepción de balón orientada (con la parte interna o externa del pie), en parejas. Pase con la parte interna del pie o el empeine; control con la derecha, pase con la izquierda. Los jugadores se mueven constantemente en la cancha.

**Variantes:** Variar los pases y las trayectorias. Controlar con el pecho los pases aéreos.



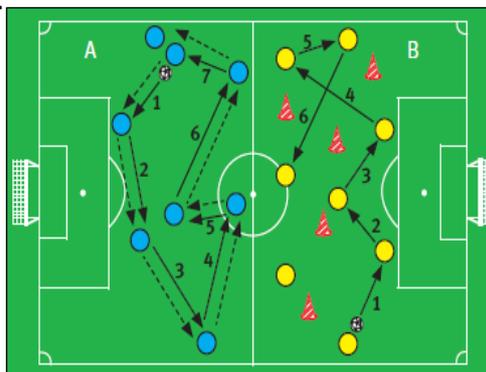
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 6****Objetivo:** Recepción del balón, pase y

**Organización:** 2 grupos de 7 u 8 jugadores por ejercicio. 1 balón por grupo. 5 a 6 conos en el terreno **B** (como adversarios).

**Desarrollo:** Los jugadores se colocan en sus posiciones. El balón se juega a los pies del compañero, quien lo recibe de frente. Recepción orientada del balón en el sentido del pase que se jugará (con la parte interna, externa o empeine del pie). Después del pase, el jugador ocupará el lugar de su compañero.

**Variantes:** Aumentar el ritmo de juego. En el terreno **B**, se jugará a 1 o 2 toques. Los jugadores mantienen sus posiciones, pero se mueven continuamente en su zona.



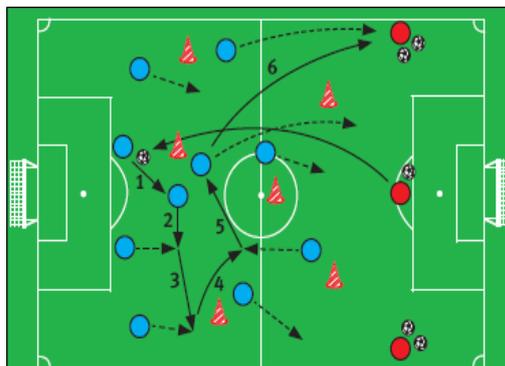
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 7****Objetivo:** Pase y circulación del balón en las propias

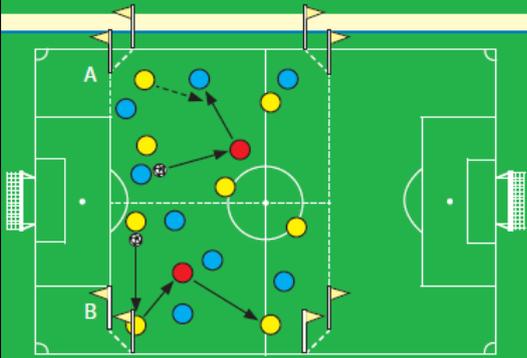
**Organización:** El equipo, de 11 jugadores, se posiciona según el sistema de juego. 2 a 3 guardametas para iniciar a acción. 5 a 6 conos (como adversarios).

**Desarrollo:** Uno de los guardametas saca el balón; controlar la pelota y armar gradualmente el juego (1 o 2 toques), concluyendo con tiro a puerta. El equipo sigue el balón, ocupa los espacios, está en continuo movimiento. Variar el juego de pases, aumentar el ritmo de juego. El entrenador puede dirigir el juego.

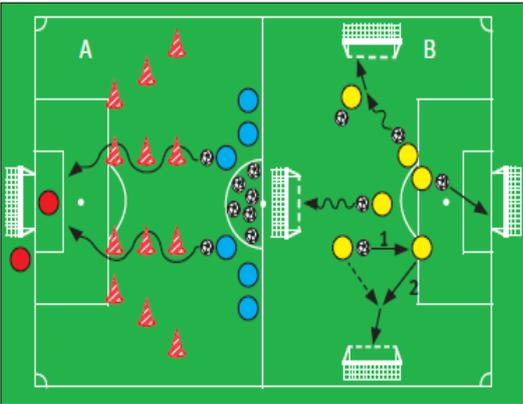
**Variantes:** Colocar conos para obstaculizar el dominio del balón, luego incluir adversarios pasivos (3 a 5). Restringir los pases y el tiempo. Jugar también con equipos de 7 a 9 jugadores.



Fuente: Manual de la FIFA

<b>Ejercicio 8</b>	<b>Objetivo:</b> Juego de 4:4/8:8+ 2 comodines
<p><b>Organización:</b> 2 equipos de 8 jugadores + 2 comodines neutrales (porteros). Terreno de juego delimitado en 2 zonas (A+B) y 4 pequeñas porterías en los ángulos (banderines).</p> <p><b>Desarrollo:</b> Juego de 4 contra 4 en cada zona (1 ò 2 toques). El comodín neutral dispone de un solo toque. Se anota un punto después de seis pases en el mismo equipo (sin contar los toques del comodín). A continuación, juego de 8:8 en todo el terreno, los comodines neutrales permanecen uno en cada zona.</p> <p><b>Variantes:</b> Juego con pequeñas porterías (banderines). Tras 6 pases, se puede marcar un gol en una de las 4 porterías. Un equipo defiende dos porterías y ataca las otras dos.</p>	
	

Fuente: Manual de la FIFA

<b>Ejercicio 9</b>	<b>Objetivo:</b> Conducir la pelota y rematar (con el
<p><b>Organización:</b> Grupos de 6 a 8 jugadores en cada zona + 2 guardametas. 2 metas grandes y 2 a 3 porterías pequeñas. Balones y conos.</p> <p><b>Desarrollo: Cancha A.-</b> Conducir la pelota, slalom y remate (pie derecho/izquierdo). El rematador recogerá su balón.</p> <p><b>Cancha B.-</b> Conducir la pelota en dirección a una meta sin portero y rematar.)</p> <p><b>Variantes:</b> Variar los remates (parte interna del pie, tiro con efecto, etc.) En EL terreno B, 4 jugadores con balón, 2 sin balón, como lanzadores o repartidores de balones. Rematar tras uno – dos.</p>	
	

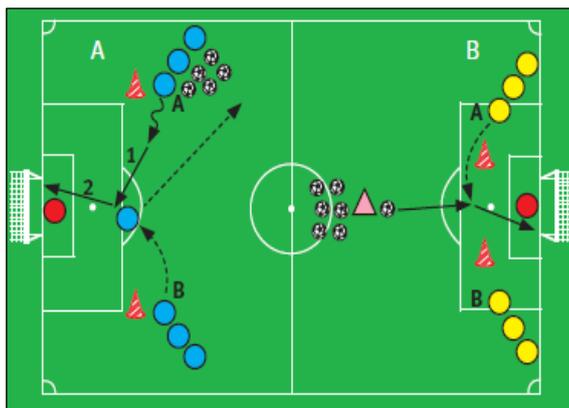
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 10****Objetivo:** Tiro directo tras una carrera.

**Organización:** Un grupo de 6 a 8 jugadores por zona + guardametas. 2 metas. Balones y conos.

**Desarrollo: (Cancha A)**

**A** juega el balón al espacio a **B**, quien remata de media vuelta. Tras el pase y el remate, los jugadores intercambian posiciones. La acción se inicia en un extremo y, tras algunos remates, en el otro.



**Variantes:** **A** conduce el balón y se lo pasa a **B**; éste lo devuelve en la trayectoria de **A**, quien remata directamente.

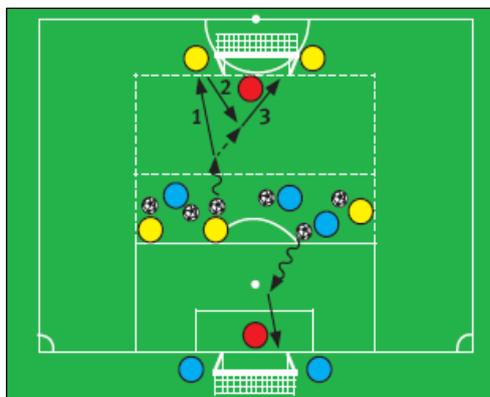
Cancha B: El entrenador juega el balón entre los conos para **A** o **B**, quienes llegan corriendo de direcciones opuestas.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 11****Objetivo:** Remate a la meta bajo presión (física)

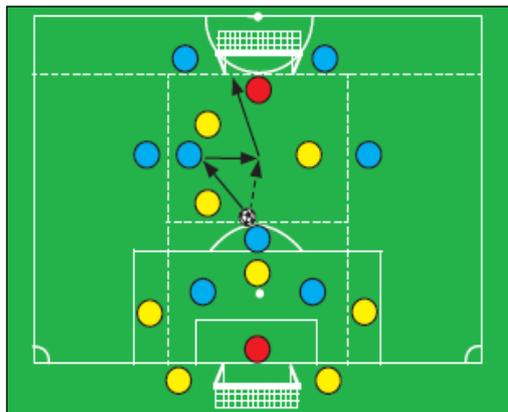
**Organización:** 2 grupos de 3- 5 jugadores, numerados + 2 guardametas. Terreno de juego delimitado, 1 balón por jugador y conos.

**Desarrollo:** Cada jugador corre con su propio balón. Cuando se llama su número, los jugadores (azules y amarillos), penetran en el área penal y rematan a la meta. La forma de rematar es libre (pie derecho o izquierdo). El entrenador decide sobre la superficie de contacto con el

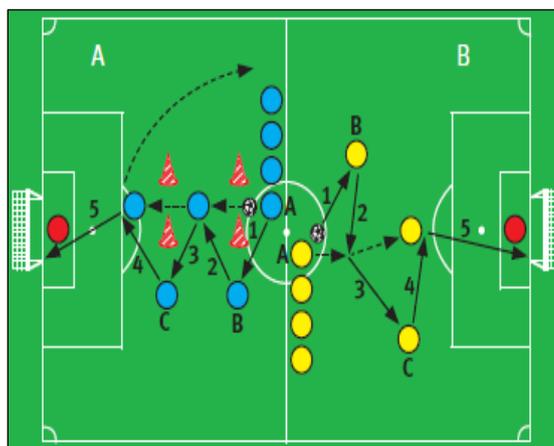


**Variantes:** El jugador entra al área penal, pasa la pelota a un compañero de apoyo, quien se la devuelve para que remate directamente. El jugador de apoyo devuelve el balón con la mano para un remate de semivolea o volea.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 12****Objetivo:** Juego de 4:4 / 3:3 + guardameta**Organización:** 2 equipos de 4 jugadores + 2 porteros; 4 jugadores de apoyo por equipo. Superficie de juego delimitada, 2 metas.**Desarrollo:** Juego libre. Los jugadores de apoyo juegan a 1 toque ò 2 y no pueden pasarse el balón entre ellos. Cambio de jugadores.**Variantes:** Remate directo a la meta en la zona de ataque. Remate directo a la meta tras un pase / saque de un jugador de apoyo. Remate directo a la meta desde la propia cancha.

Fuente: Manual de la FIFA

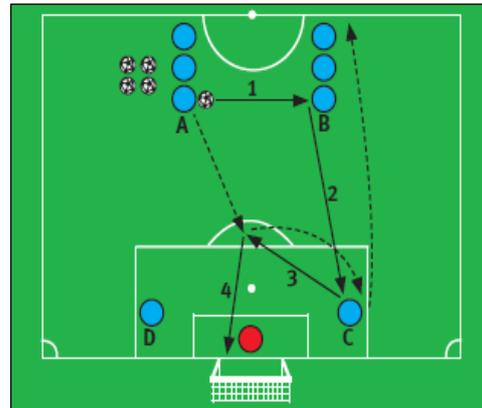
**Ejercicio 13****Objetivo:** Remate tras una entrega directa.**Organización:** Grupos de 6 a 8 jugadores. El ejercicio se realiza utilizando dos metas con porteros. Balones y conos.**Desarrollo: (Cancha A):** A y B se juegan el balón, luego se lo pasan a C, quien lo coloca (entrega) en la trayectoria de A. A remata a puerta y retorna a carrera lenta. Se cambia a los jugadores que efectúan la entrega. Se juega de la derecha a la izquierda. Variar la distancia de tiro / lanzar tiros colocados.**Variantes: (Cancha B):** A juega el balón a B, quien se lo devuelve. A pasa la pelota a C; este efectúa un pase lateral a A, quien remata a plena carrera. Los jugadores intercambian posiciones tras finalizar la acción.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 14****Objetivo:** Remate a la meta.

**Organización:** Un grupo de 6 a 8 jugadores por ejercicio, con portero. Balones. Se pueden utilizar ambos extremos de la cancha.

**Desarrollo:** **A** pasa el balón a **B**, **B** se lo pasa a **C**. **C** lo entrega hacia atrás a **A**, quien remata a la meta. **A** toma la posición de **C**, y **C** ocupa el lugar de **A**. A continuación, se invierte el juego, hacia donde se halla **D**.



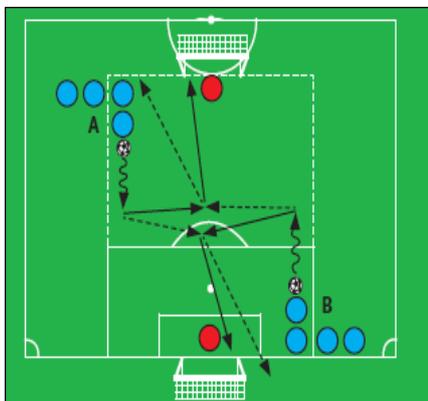
**Variantes:** Después del pase de **B** a **C**, **B** persigue a **A** como adversario.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 15****Objetivo:** Remate a la meta tras pase

**Organización:** 2 grupos de 4- 5 jugadores cada uno + 2 guardametas. Superficie de juego delimitada + 2 metas. Balones.

**Desarrollo:** **A** y **B** conducen cada uno un balón y luego efectúan un pase a ras del suelo hacia el centro. **A** controla el pase de **B** y remata a la meta. **B** controla el pase de **A** y remata a la meta. Los jugadores rematan ya sea directamente o tras controlar el balón. A continuación, los jugadores cambian de lado.



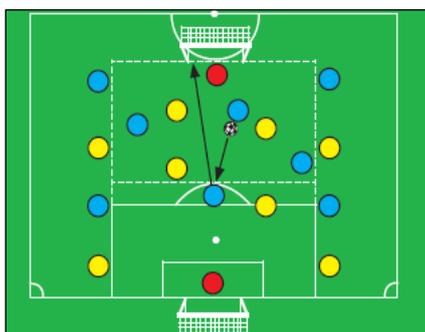
**Variantes:** Se puede variar la trayectoria de los pases. Competición entre los equipos: ¿Cuál de las dos escuadras marca más goles tras 6 tiros por jugador?

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 16****Objetivo:** Juego de 4:4 /3:3

**Organización:** 2 equipos con 4 jugadores c/u + 2 grupos de 4 jugadores de apoyo + 2 guardametas. Superficie de juego delimitada + 2 metas, balones.

**Desarrollo:** Juego libre con rápida definición (tiro). Máximo 5 pases por equipo, incluyendo los jugadores de apoyo que juegan solamente a 1 toque. Un jugador debe quedarse siempre en su zona defensiva. 1 punto por gol; 3 puntos por goles marcados desde la zona defensiva.



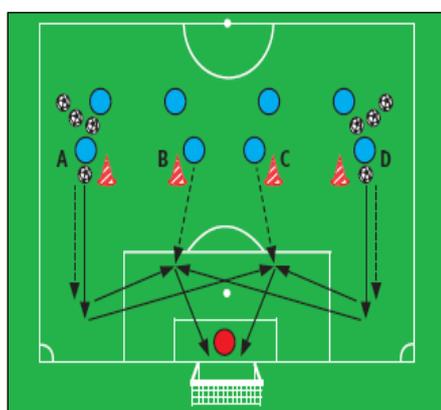
**Variantes:** Si se anota un gol antes de efectuar tres pases, se obtienen 2 puntos; es obligatorio realizar al menos un pase.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 17****Objetivo:** Rematar a la meta tras un centro

**Organización:** 4 a 8 jugadores + guardameta. Balones y conos. El ejercicio puede efectuarse en ambos extremos del campo.

**Desarrollo:** **A** juega la pelota hacia la línea de fondo. Corre detrás de la pelota y envía un centro bajo a **B**; tras cinco repeticiones, centra hacia **C.D** efectúa lo mismo. Tras diez tentativas, los jugadores invierten sus roles.



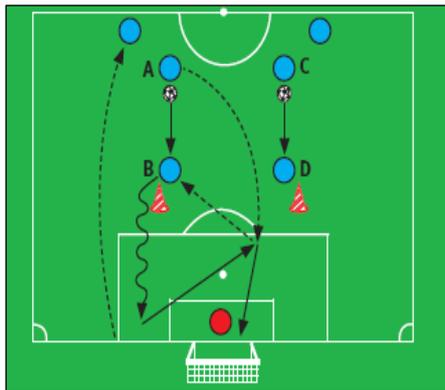
**Variantes:** Centro alto a la zona del segundo poste, y a ras del suelo al primer palo, **B** y **C** intercambian posiciones delante de la meta.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 18**      **Objetivo:** Remate a la meta tras un centro hacia atrás.

**Organización:** 4 a 6 jugadores + guardameta. Balones y conos. El ejercicio puede efectuarse utilizando ambas metas.

**Desarrollo:** **A** juega el balón a **B**, quien se halla a espaldas de la meta. **B** controla la pelota con la parte exterior del pie, la conduce y luego centra hacia atrás a **A**, quien remata sobre la marcha. **A** y **B** invierten su función, **C** y **D** hacen lo mismo.



Variar los centros: tiro directo tras un centro a ras del suelo o por alto; igualmente tras el control de la pelota-

El jugador **A** colecta el balón tras una carrera curvilínea (convexa).

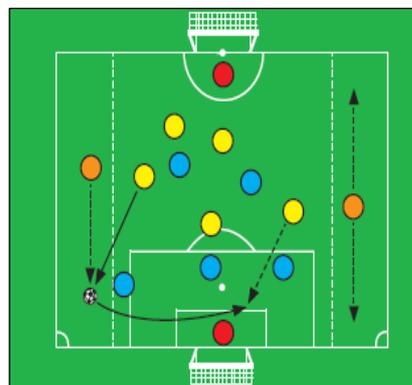
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 19**      **Objetivo:** Juego de 5:5 / 6:6 con guardameta

**Organización:** 2 equipos de 5 + 2 apoyos neutrales y 2 porteros. Superficie delimitada + bandas neutrales en los flancos + 2 metas, balones.

**Desarrollo:** Juego libre; intentar marcar tras un centro. Los goles anotados de centros valen 2 puntos; tras un centro y empalme directo, 3 puntos; gol normal, 1 punto. Obligación de efectuar cuatro pases antes de centrar la pelota.

**Variantes:** 5 contra 5, con tres toques de balón como máximo. Sin jugadores de apoyo fijos. Se jugara a los flancos en caso de desmarque de apoyo.

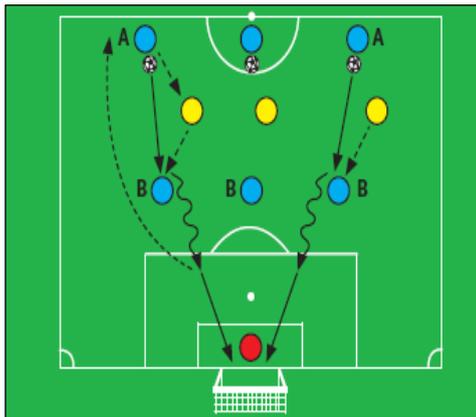


Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 20****Objetivo:** Control del balón y definición

**Organización:** 6 a 9 jugadores, con portero. 6 atacantes y 3 defensores, balones.

**Desarrollo:** A pasa el balón a B, quien se halla de espaldas a la meta. B controla el esférico y se enfrenta al portero (remate o drible). A y B intercambian posiciones tras cada tentativa.



**Variantes:** Una vez controlado el balón, el defensor amarillo persigue al atacante para cargarlo. El atacante corre con la pelota desde el centro de la cancha y dispone de 6- 8 para concluir la jugada (remate).

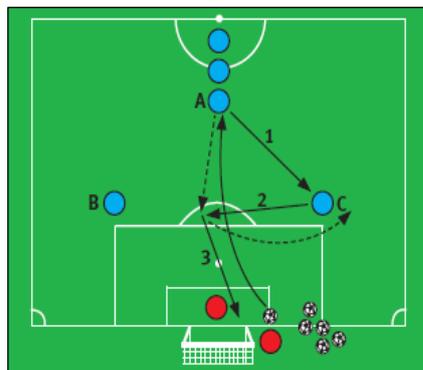
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 21****Objetivo:** posesión y definición rápida

**Organización:** 4 a 6 jugadores + guardametas. Balones.

**Desarrollo:** El portero, ubicado a un costado de la meta, efectúa un saque (saque por alto, a ras del suelo o pase) hacia el jugador **A**. **A** controla la pelota y se la pasa a **B** o a **C**. **B** o **C** devuelven el balón a **A**, quien remata sobre la marcha o se enfrenta al guardameta. Tras el tiro, **A** ocupa el lugar del jugador que le entregó el balón y viceversa. Aumentar gradualmente el ritmo de juego.

**Variantes:** Variar la forma de entregar el balón (uno- dos, pase lateral, hacia atrás, centro aéreo). Tras el saque, el portero al costado de la meta sale a marcar a **A**.

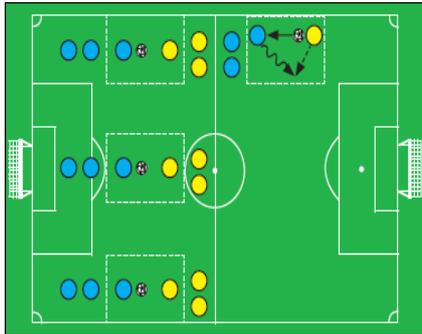


Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 22****Objetivo:** Conservar y conseguir el balón.

**Organización:** 3 equipos de 2 a 3 jugadores. Duelos 1:1 en superficies de juego delimitadas. El balón se pone en juego entre los jugadores. Tiempo de juego restringido.

**Desarrollo:** El primer jugador intenta conservar el balón (cubriéndolo, acomodando el cuerpo, con fintas). El segundo jugador intenta quitarle el esférico o lanzarlo fuera del campo. El entrenador dirige al atacante (como driblear), luego al defensor (como



**Variantes:** El atacante intenta franquear la línea de meta del defensor. El entrenador debe enseñar la conducta defensiva al defensor y la conducta ofensiva al atacante.

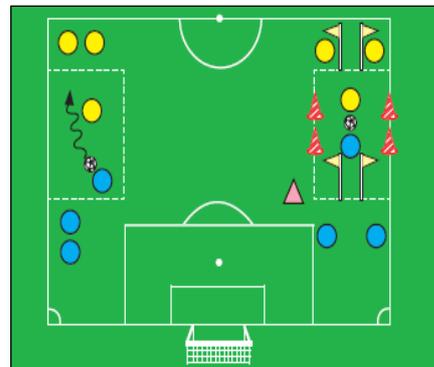
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 23****Objetivo:** Atacar y defender

**Organización:** El mismo ejercicio que arriba en superficies delimitadas. Juego de “parada en seco”, tiempo limitado (ejemplo: 1 minuto).

**Desarrollo:** El juego consiste en franquear la línea adversaria y luego detenerse en seco con la pelota. El equipo que consiga un punto, reanudará el juego. La dirección técnica es similar que en el ejercicio 1.

**Variantes:** Se jugará con 2 o 4 porterías; cada jugador podrá marcar un gol (un punto). El entrenador pondrá en juego el balón desde el centro del campo.



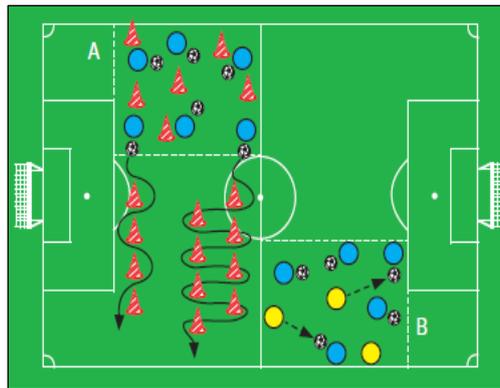
Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 24****Objetivo:** Mejorar el dribling (Finta)

**Organización:** 2 grupos de 6 a 8 jugadores. Superficies de juego delimitadas, 1 balón por jugador + conos.

**Desarrollo:** En un área de juego reducida, los jugadores conducen su balón. Al llegar a un cono, driblean y luego continúan con la secuencia. Cada jugador ejecuta su “secuencia de dribleo”. A señal del entrenador, los jugadores driblean entre los conos (utilizando diferentes formas de regate).

**Variantes:** (cancha B): 5 jugadores conducen la pelota. 3 “cazadores” sin balón oponen resistencia (obstaculizan). Los 3 “cazadores” intentan despojar a los jugadores de la pelota.

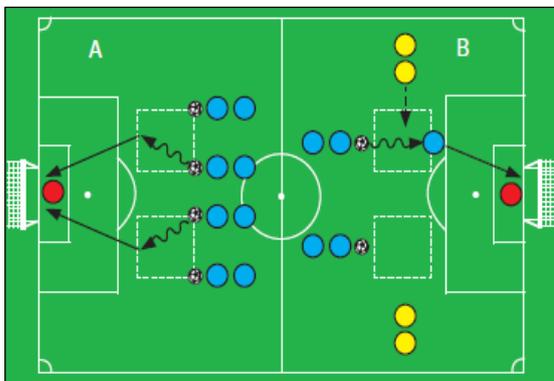


Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 24****Objetivo:** conducción, finta y regate

**Organización:** 4 a 8 jugadores por ejercicio, con portero. 1 balón por jugador (ó 1 por 2 jugadores).

**Desarrollo:** (cancha A): El jugador corre con el balón y realiza una doble secuencia de gambetas (recorte, bicicleta, etc.) y remata a la meta. Aumento del ritmo de juego. Variar las trayectorias de carrera con la pelota.



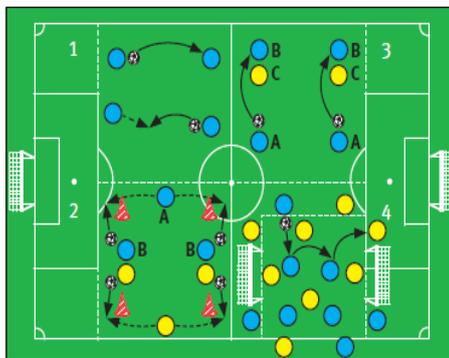
**Variantes:** (Cancha B): El portador del balón driblea a lo largo del cuadrado y remata al arco. El defensor intenta obstaculizarlo. El defensor cambia su ubicación, obligando a variar las gambetas.

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 25****Objetivo:** Técnica básica del cabeceo

**Organización:** 4 a 6 jugadores por grupo de trabajo. El campo se divide en 4 zonas (1, 2, 3 y 4) + 2 metas, balones y conos.

**Desarrollo:** 1. Se lanza el balón y los jugadores lo devuelven de cabeza (sin saltar; saltando con ambos pies; tomando impulso, en pleno movimiento). 2. Lanzar la



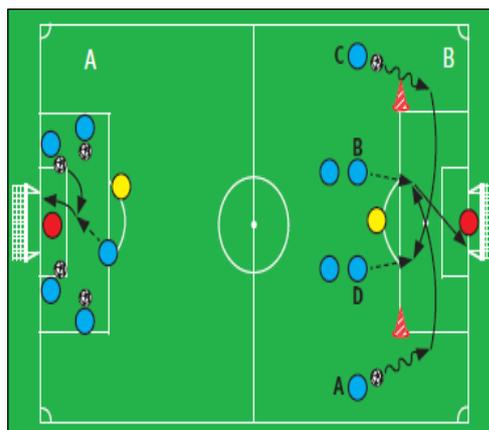
3. Lanzar la pelota por encima del jugador que opone resistencia pasiva. Cabecear saltando y emplear otras formas de remate de cabeza (palomita, despeje). 4. Juego 4:4 con jugadores de apoyo y 2 metas (sin portero). Juego con las manos (1 punto por cabecear el balón a las manos de un apoyo; 2 puntos por cabecear a la meta).

Fuente: Manual de la FIFA

**Ejercicio 26****Objetivo:** Técnica básica ofensivo

**Organización:** 5 a 6 jugadores por ejercicio, con portero, balones y conos.

**Desarrollo:** (cancha A): Tras un pase de mano, el jugador remata de cabeza a la meta. Variar la carrera del jugador. Pasar el balón con los pies. Con resistencia "pasiva" de un defensor amarillo.



**Variantes:** (Cancha B): Juego de cabeza tras centros; **A** centra a **B**, **C** a **D**. **B** y **D** parten al mismo tiempo (cabeceo al primer palo, segundo palo). Con resistencia "pasiva" por parte de un defensor amarillo.

Fuente: Manual de la FIFA

## UNIDAD III

### COMO DESARROLLAR LA CUALIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS

- ✚ Para entrenar las cualidades físicas en los niños es importante realizarlo de manera que el niño no perciba el cansancio físico ni tampoco el cansancio mental.
- ✚ EL desarrollo de las cualidades físicas básicas, (Resistencia, Fuerza y Velocidad) en los niños se debe realizar en base a juegos y actividades deportivas.
- ✚ En la edad de 8 a 10 años donde se inicia la fundamentación del fútbol las habilidades importantes a desarrollar es la coordinación y el equilibrio relacionando siempre con la técnica individual.

### IMPORTANCIA DE LA COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO EN EL FÚTBOL



Fuente: Escuela de Fútbol Alberto Spencer (año 2013)

La coordinación y el equilibrio son capacidades que organizan y regulan el movimiento. Para que los jugadores de las escuelas de iniciación las desarrollen de forma correcta, deberemos trabajar por medio de juegos y

ejercicios apropiados para el desarrollo de las cualidades coordinativas, pudiendo realizarlos de manera individual o en grupo.

La coordinación es fundamento y condición imprescindible de cualquier movimiento propio de la actividad deportiva.

Deberemos de cuidar especialmente la correcta ejecución de los ejercicios, procurando establecer un clima agradable (MOTIVACIÓN).

## COMO MEJORAR LA COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO



Fuente: Escuela de Fútbol Alberto Spencer (año 2013)

- Trabajar la velocidad de reacción
- Ejercicios de gimnasia
- Las fintas con el cuerpo
- Saber quedarse en equilibrio luego de una acción con el balón
- Saltos, desplazamientos, cambios de dirección, lateralidad, etc.
- Desarrollar la visión periférica

## OBJETIVO DE LA COORDINACIÓN



Fuente: Escuela de Fútbol Alberto Spencer (año 2013)

- Coordinar la visión del cuerpo y del objeto móvil (adversario, balón, compañero...); dominar un objeto (balón...) desplazándose.
- Mejorar la lateralidad, reconocer y automatizar la izquierda la derecha. Saber situarse en el espacio, en relación a una superficie, un grupo o un blanco determinado; apreciar las distancias.
- Todo ello trabajado correctamente ha de favorecer la destreza con el balón y la mejora de las habilidades futbolísticas.(INTELIGENCIA MENTAL)

## Ejercicios para el desarrollo de la resistencia

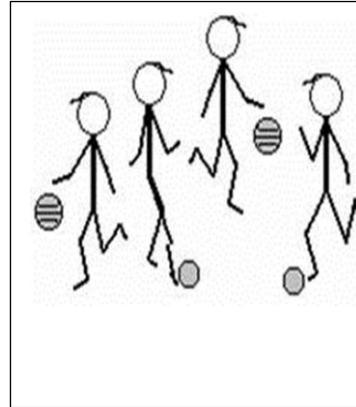
### Ejercicio # 1

Moviéndose los alumnos por todo el espacio de la pista conducen un balón, unos de baloncesto y otros de fútbol.

Variante: se conduce sólo por las líneas del campo.

Variante: se conduce sólo con la izquierda (pie o mano izquierda)

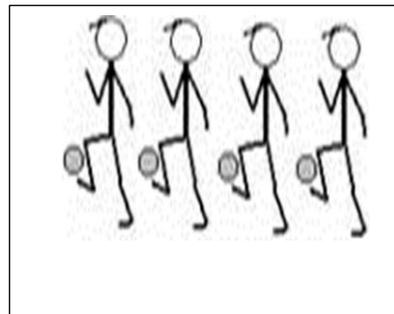
Variante: se cambian el balón de fútbol por el de baloncesto, para variar.



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 2

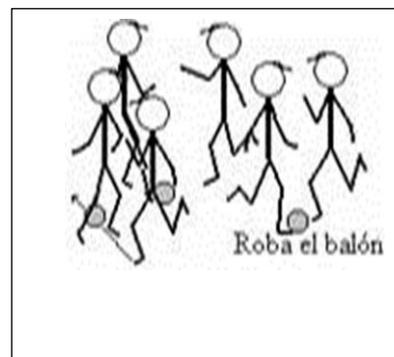
**El espejo:** Lo que hace un alumno con el balón lo tienen que hacer todos los demás del mismo balón, es decir, lo que haga el elegido del balón de fútbol lo hacen todos los alumnos que tengan



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 3

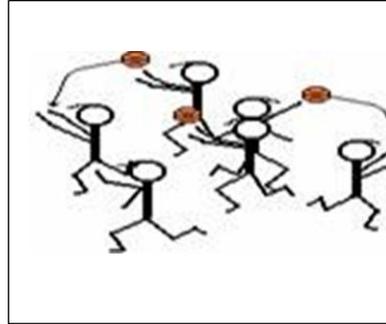
**Los Ladrones:** Grupo de 10 jugadores la mitad con balón de fútbol; la otra media intenta robarle el balón a los compañeros que tienen uno. Cuando a un jugador le roban el balón cambia de rol, de víctima a ladrón.



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

#### Ejercicio # 4

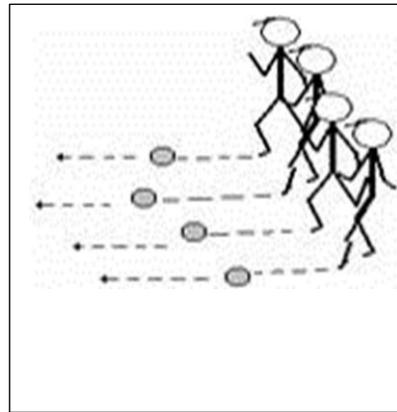
**Cambio por parejas.** Por parejas se pasan el balón por todo el terreno, puede ser en tríos o en grupos de cuatro (variante puede ser dos 2 x 2, 3 x 3)



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

#### Ejercicio # 5

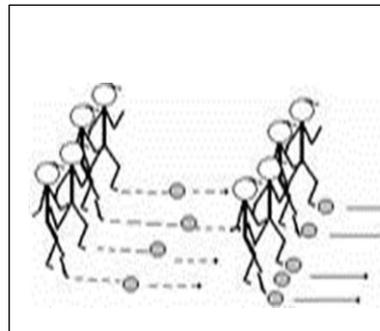
**Lanza y corre.** Se lanza el balón de un lado a otro del campo y hasta que el profesor no de una señal no se puede salir a correr por él. El objetivo del juego es parar el balón antes de que choque contra la pared Lanza y corre. Se lanza el balón de un lado a otro del campo y hasta que el profesor no de una señal no se puede salir a correr por él. El objetivo del juego es parar el balón antes de que choque contra la pared opuesta. Se vuelve trotando con el balón por el lado de la pista. Vuelve trotando con el balón por el lado de la pista.



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

#### Ejercicio # 6

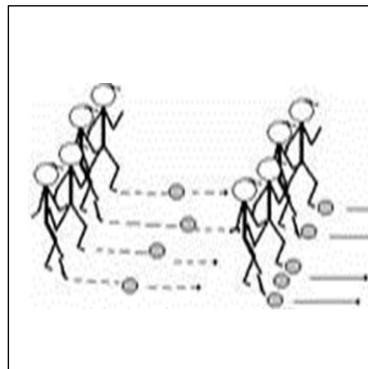
**Lanza y para 2 veces.** En la misma posición de inicio que en el ejercicio anterior; se lanza el balón, se para en el medio del campo, se vuelve a lanzar y se para antes de chocar contra la pared. Ritmo de carrera: 70%



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 7

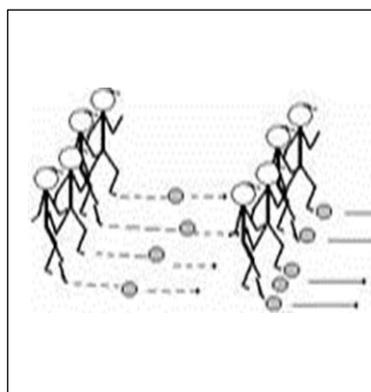
**Lanza y para 2 veces.** En la misma posición de inicio que en el ejercicio anterior; se lanza el balón, se para en el medio del campo, se vuelve a lanzar y se para antes de chocar contra la pared. Ritmo de carrera: 70%



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 8

**Lanza y para 2 veces.** En la misma posición de inicio que en el ejercicio anterior; se lanza el balón, se para en el medio del campo, se vuelve a lanzar y se para antes de chocar contra la pared. Ritmo de carrera: 70%



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

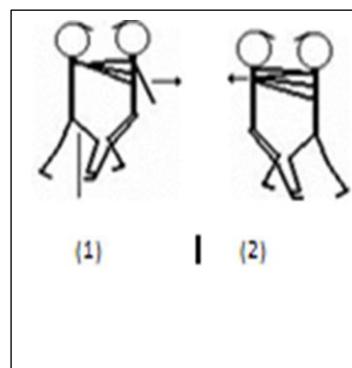
## Ejercicios para desarrollar la fuerza en los niños

### Ejercicio # 9

-Actividades por parejas de empujar con cargas livianas:

- Tirar: los alumnos se tiran el uno al otro intentando que pase de la línea que los divide. (1)

- Se empujan intentando desplazarlo para atrás. (2)

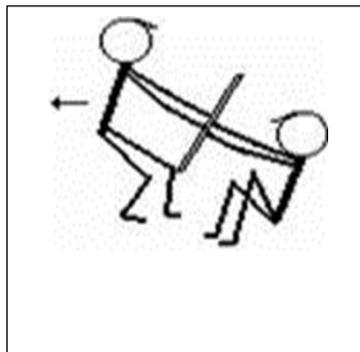


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 10

-Arrastrar al compañero: uno se agarra a la pica en el suelo y otro lo arrastra por la pista (1)

- Variante: carrera de arrastres: de lado a lado de la pista, a ver quién llega antes a la meta arrastrando

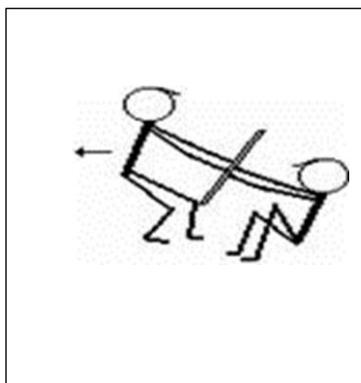


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 11

-Muy parecido al ejercicio anterior pero en esta ocasión agarrados de las manos saltando intentar jalar al otro compañero.

Variante: el uno se sienta y el otro intenta levantarlo.

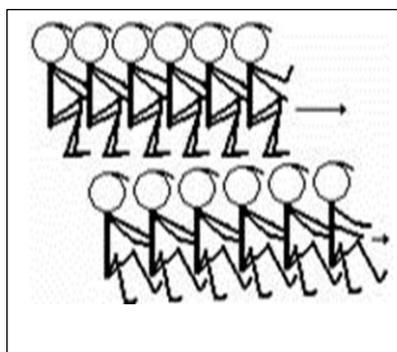


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 12

#### La yola

Se colocan todos en cuclillas uno detrás de otro. Cada jugador agarra por la cintura al compañero de delante. Así se desplazan de un lado a otro de la pista intentado llegar los primeros a la meta.

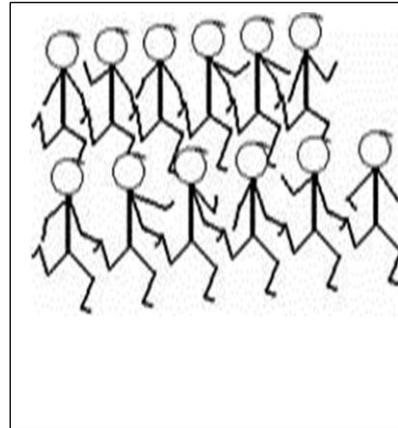


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 13

#### La cadena coja

Se forma una fila con los componentes del grupo. Cada jugador coge la pierna derecha del compañero que esté delante suya, quedando éste a pata coja. así se forma una cadena coja. El juego consiste en ver quien llega antes al otro lado de la pista.



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicios para desarrollar la velocidad en los niños

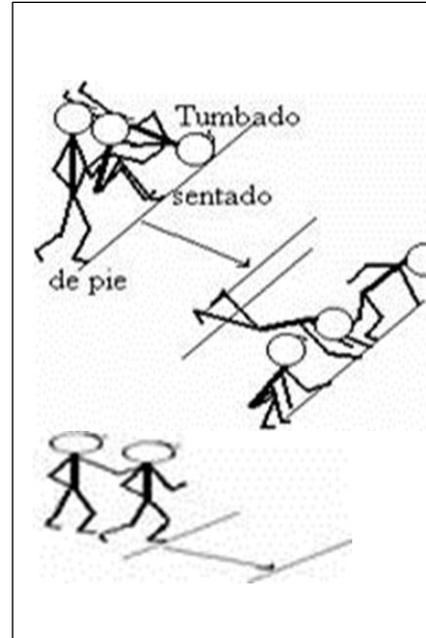
#### Ejercicio # 14

A la señal tocamos la línea lo más rápidamente posible. La señal es el silbato del profesor

Saliendo de diferentes posiciones: sentado, de espaldas, tumbado supino, prono, etc.

\* Saliendo mediante diferentes señales: auditivas y visuales

- Por parejas: uno detrás del otro y cuando le toque sale corriendo hasta la línea lo más rápido posible.



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 15

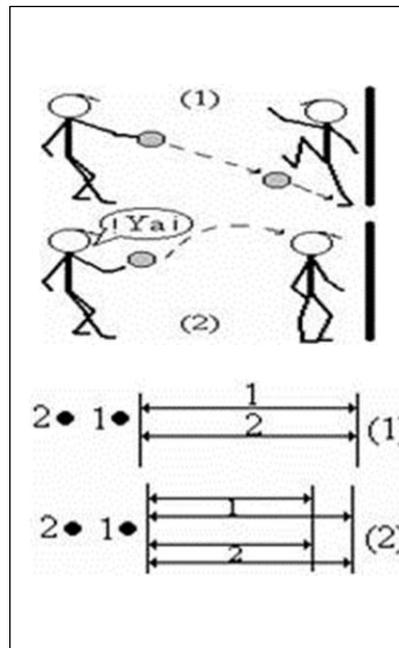
Por parejas:

\* Uno le lanza el balón al otro intentando darle, éste intenta esquivar los golpes. (1)

\* Uno se coloca de espaldas; el otro le lanza el balón a la señal de "ya". El que está de espaldas cuando escuche la señal se vuelve rápido para coger el balón. (2)

\* Relevos tocando la línea lo más rápidamente con el balón. Distintas señales para la salida (silbato sin verlo, cuando el profesor se toque la cabeza, preparados-listos-ya, etc.). (1)

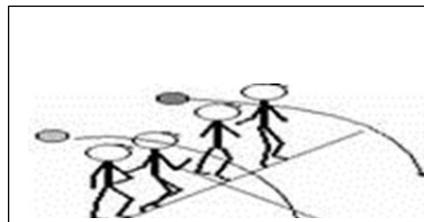
\* Variante: tocar una línea volver, tocar otra línea más lejana y dar el relevo. (2)



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 16

- Se divide la clase en dos. El profesor se colocará detrás de ellos y tirará dos balones de colores diferentes para cada mitad. Los alumnos al ver el balón sales corriendo por él.

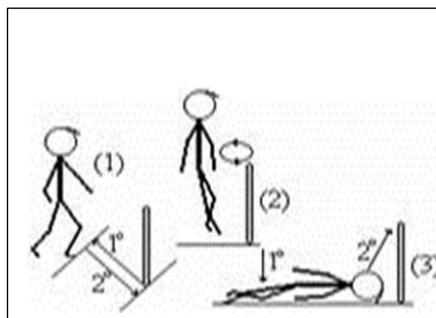


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 17

#### Ejercicios de velocidad gestual (gestual genérica)

- Ejercicios con picas: Soltarla en la línea volver hacia la línea de atrás y volver a cogerla antes de que cayera. (1)/Dar un giro y cogerla. (2)

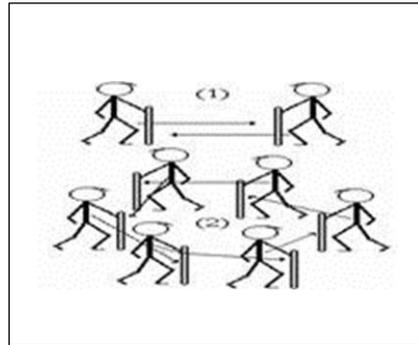


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio # 18

- Por parejas: uno en frente del otro agarrando la pica verticalmente. La sueltan y van lo más rápidamente posible a coger la del compañero antes de que caiga. (1)

- Variante: lo mismo pero en grupos de 6. (2)

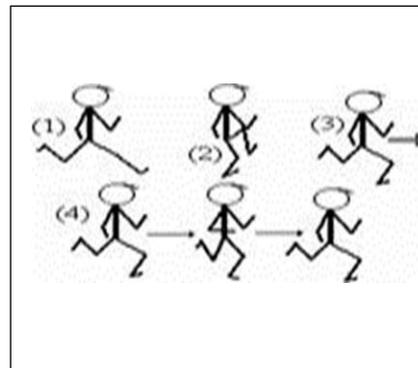


Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

### Ejercicio #19

#### Ejercicios de Velocidad de desplazamiento

- Los alumnos van corriendo hasta el centro del campo: Zancadas amplias. (1)/ Pasos muy cortos y rápidos. (2)/ Despacio y acelerando hacia la mitad del campo. (3)



Fuente: 1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base (Bucher y Bruggmann, 2010)

## UNIDAD IV

### LA SESIÓN DE FUTBOL BASE

#### Objetivo de la sesión de entrenamiento

El principal objetivo de una sesión de fútbol base puede resumirse en jugar al fútbol, aprender y divertirse. La clave es enseñar a los niños las bases del propio juego, permitiéndoles de esta forma desarrollar sus propias habilidades físicas y mentales a través del mismo. Es crucial darle importancia a la diversión y a la educación en todas las sesiones. La principal idea es “aprender el juego jugando”.

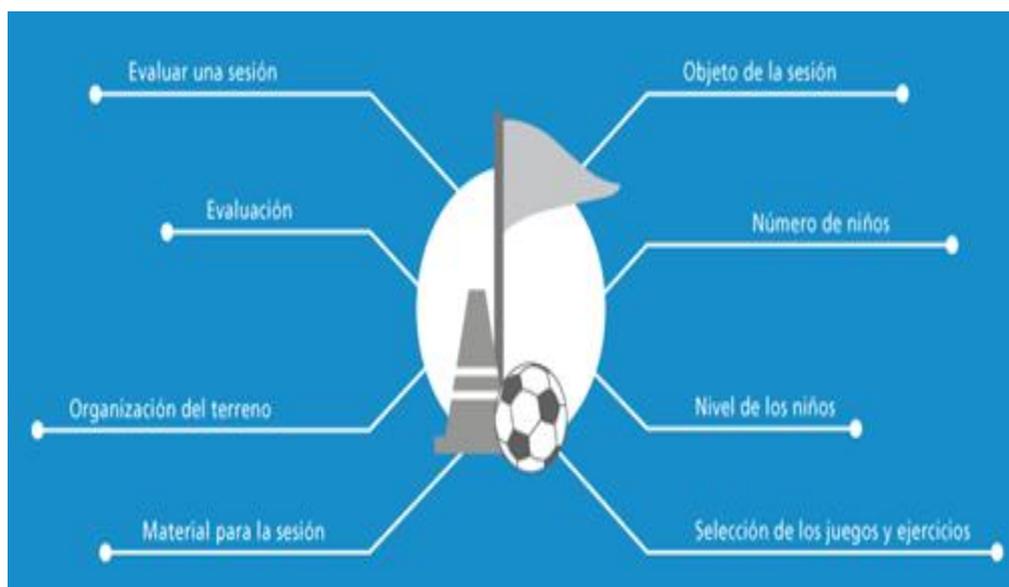
La primera impresión siempre es importante para los niños. Por este motivo, el educador debe conocer todos los ejercicios y preparar su sesión con objetivos específicos antes de llevarla a la práctica. Las sesiones de entrenamiento deben adaptarse a las diferentes posibilidades de los participantes y el educador debe asegurarse de que los participantes se den cuenta de que han logrado algo de verdad.

Saber esto hará la sesión más agradable y estará repleta de oportunidades para jugar y aprender. No obstante, el educador debe ser capaz de adaptar su sesión y sus ejercicios si considera que estos cambios aumentarán la motivación e implicación de los niños. Como guía, el educador puede plantearse estas preguntas durante la preparación de la sesión de entrenamiento.

## PREGUNTAS QUE TIENE QUE HACERSE EL ENTRENADOR

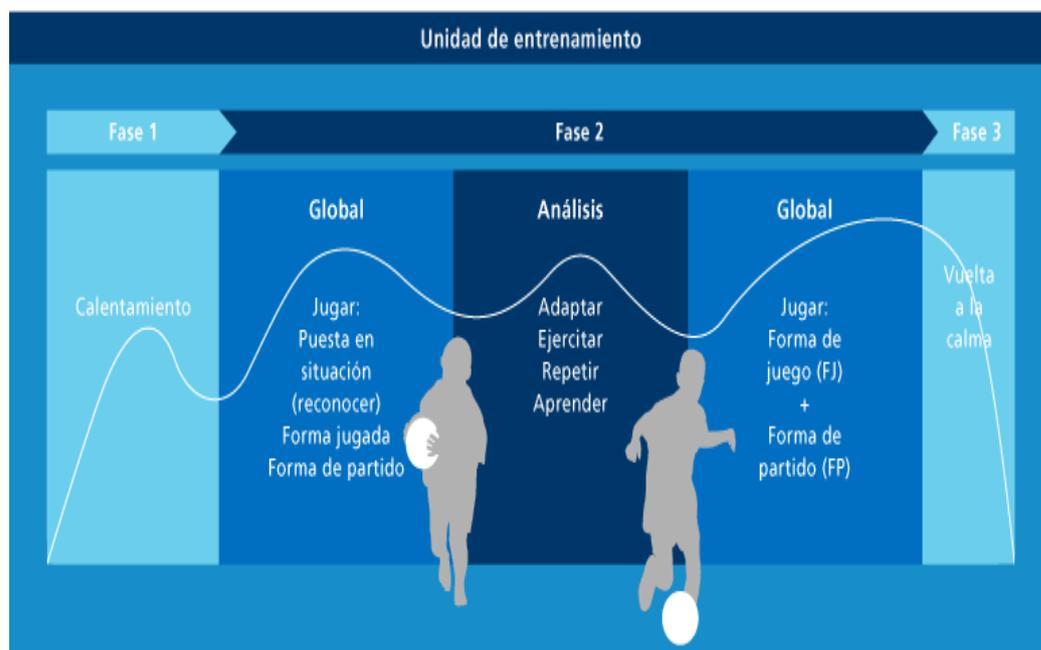
- ¿Qué deseo obtener con esta sesión?
- ¿Cuál es el objeto de mi sesión?
- ¿Cuántos niños participarán en mi sesión?
- ¿Se divertirán los niños con los juegos y los ejercicios?
- ¿Aprenderán alguna cosa?
- ¿Cuáles son los mejores juegos y ejercicios para lograr los objetivos de mi sesión?
- ¿El nivel de juegos y ejercicios se adapta a las posibilidades de los niños?
- ¿Puedo explicar los juegos y ejercicios de forma clara y precisa para que lo entiendan?
- ¿Tengo suficiente material para esta sesión? Si la respuesta es negativa, ¿puedo adaptar mi sesión al material del que dispongo?
- ¿Tengo suficientes espacios para desarrollar los juegos y ejercicios preparados?
- ¿Cómo pueden ayudarme los niños a mejorar la sesión?

## FACTORES A CONSIDERAR EN UNA SESIÓN



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA, 2012

## La unidad de entrenamiento



Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA, 2012

La estructura de la sesión de entrenamiento debe adaptarse para cubrir las necesidades de los niños. **El calentamiento y la recuperación deben presentarse como juegos para los niños**, en los que pueden divertirse mientras hacen ejercicios con su cuerpo (calentamiento y relajación).

**La parte principal consistirá en juegos y ejercicios.** Deben ser diversificados y mezclados, y lo que es más importante, cubrir los objetivos que el educador se ha marcado para la sesión. El objetivo de la sesión deben ser los partidos reducidos, puesto que los niños aprenden básicamente jugando. De esta forma, se divertirán y les gustará el fútbol. No se debe considerar al niño como un adulto en miniatura, y no reproducir las sesiones preparadas para los adultos.

Respecto al material, el educador debe ser capaz de adaptarse a las diferentes situaciones que deberá afrontar, y encontrar una solución alternativa gracias a sus conocimientos y su experiencia.

Es necesario asegurarse de que el material se encuentra disponible para la sesión, y de que todo está listo antes de la llegada de los niños al terreno. Sin embargo, el éxito de una sesión no depende del material, sino de la forma en que el educador lo utiliza y de su capacidad para optimizarlo.

Es importante informar a los padres de las actividades practicadas, puesto que valoran conocer las actividades en las que participan sus hijos. En algunos casos, los padres pueden ayudar al educador a desarrollar su sesión, y puede ser positivo discutir con ellos sobre sus papeles y responsabilidades e implicarlos en el proyecto formativo.

## **ORGANIZACIÓN DE UNA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO**

### **Plan de una sesión para niños menores a 8 años**

- Proponer sólo juegos en los que el niño se encuentre a menudo en contacto con el balón.
- Dejar mucha libertad en el juego.
- Minimizar la importancia de los resultados de los juegos y no hacer clasificaciones.
- Formar equipos y grupos equilibrados, modificar los juegos cuando la diferencia de goles sea demasiado grande.
- Animar a todos los niños, de forma positiva.
- Los niños deben disfrutar jugando, animar y no intervenir con demasiada frecuencia.

**Duración = 1h 15 min.**

Fase 1	Fase 2			Fase 3
Calentamiento	Alternancia Ejercicios, juegos de iniciación, partidos			Recuperación
Calentamiento progresivo	Partidos reducidos	Técnica básica de fútbol	Partidos reducidos	Relajación
10-15 min.	15-20 min.	10-15 min.	15-20 min.	5 min.
Ejercicios técnicos Juegos de iniciación Juegos con pocos jugadores	Juegos de iniciación	Ejercicios carrera y desplazamientos con balón	4 vs 4, 5 vs 5	Relajación individual
Capacidades psicomotrices	2 vs 2, 3 vs 3 otros juegos consignados secuencias jugadas	Relevos fútbol, circuitos, controles, conducciones, pases, disparos	JUEGO LIBRE	RECUPERACIÓN
coordinación	aspecto lúdico	estimulación técnica y cognitiva	Aspecto lúdico	Relajación física y mental
<b>ENSEÑANZA – PEDAGOGÍA</b>				
Aprendizaje guiado	Aprendizaje guiado	Imitación	Creatividad – Espontaneidad	Discusión
Expresión libre	Expresión libre	Aprendizaje guiado	Expresión libre	Recogida del material
Organización	Organización	Organización	Organización	Evaluación
	Animación	Demostración	Observación	

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA, 2012

## **Plan de una sesión para niños de 9 a 12 años**

- Dejar mucha libertad durante el juego, fomentar la iniciativa personal.
- Priorizar la técnica y el juego, el niño debe estar a menudo en contacto con el balón.
- Proponer ejercicios progresivos y juegos adaptados, con consignas simples y precisas.
- Formar equipos y grupos equilibrados, modificar los juegos cuando la diferencia de goles sea demasiado grande.
- Minimizar los resultados y centrarse en la forma.
- Valorar la calidad de realización, una buena ejecución antes que la cantidad o la intensidad.
- Animar a todos los niños, de forma positiva.

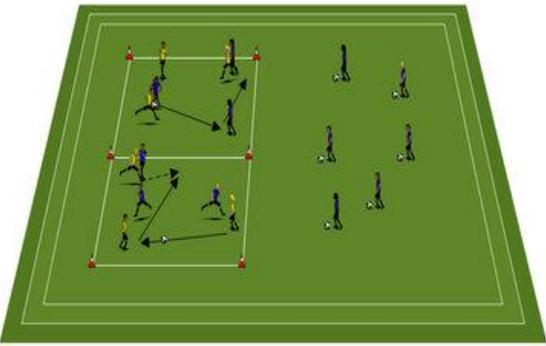
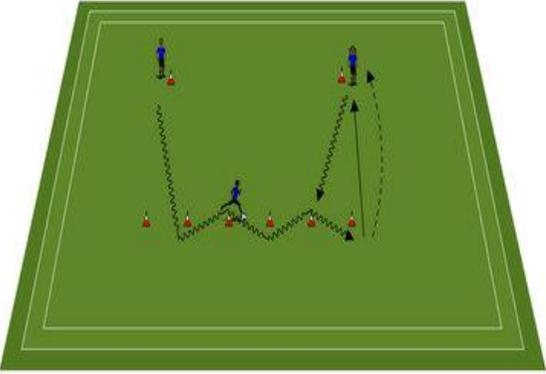
**Duración = 1h 15 min.**

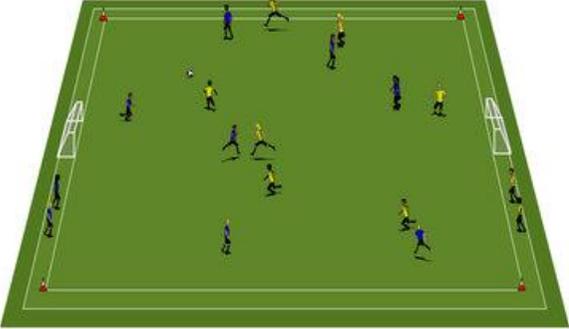
Fase 1	Fase 2			Fase 3
Calentamiento	Coordinación / Velocidad – Fundamentos - Juegos			Recuperación
Calentamiento progresivo	Coordinación Velocidad	Fundamentos técnicos del fútbol • Partidos reducidos	Partidos con pocos jugadores	Relajación
10-15 min.	10 min.	15-20 min.	20-25 min.	5 min.
Ejercicios técnicos Juegos con pocos jugadores	Relevos fútbol, circuitos con y sin balón, trabajo en taller	Ejercicios carrera y desplazamientos con balón Trabajo en taller	Fútbol 7 vs 7	Relajación individual
Capacidades psicomotrices	Capacidades psicomotrices	Circuitos, técnicas, control, conducción, golpeo, paredes	JUEGO LIBRE	RECUPERACIÓN
		2 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 4, 5 vs 5 otros juegos consignados secuencias jugadas	Aspecto lúdico	Relajación física y mental
<b>ENSEÑANZA – PEDAGOGÍA</b>				
Aprendizaje guiado	Mejora coordinación Equilibrio Control de apoyos	Imitación	Creatividad – Espontaneidad	Discusión
Expresión libre	Desarrollo Velocidad / Vivacidad / Reacción	Aprendizaje guiado Iniciación Memorización	Expresión libre Iniciativa individual	Recogida del material

Organización	Organización	Organización	Organización	Evaluación
	Demostración	Demostración	Observación	
Animación	Animación	Animación	Evaluación	
	Corrección	Corrección		

Fuente: Manual de entrenamiento de la FIFA, 2012

## MODELO DE UNA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

OBJETIVOS	EJERCICIOS	ORGANIZACIÓN	MATERIAL
<p><b>CALENTAMIENTO: 10 min</b></p> <p><b>a) Diez pases</b>                      . El objetivo es hacer que los pases como sea posible. Duración: aproximadamente 1 minuto cada vez.</p> <p><b>b) El control de la pelota</b>                      Un balón por jugador: ejercicios de coordinación.</p>	<p>Cuatro equipos se forman y se distribuyen en cuadrados de dimensiones adecuadas.</p> <p>Primero, el equipo amarillo hace su esfuerzo y el equipo azul. Los pases se cuentan, se comienza a realizar primero con las manos y luego se cambia con los pies.</p> <p>Mientras los otros dos equipos realizan ejercicios de técnica individual</p>		<p>Conos                      Balones                      Chalecos</p>
<p><b>Recuperación: 5 min</b></p>	<p><b>Equilibrio con balón.</b> Pisar el balón para colocarlo en el empeine e intentar avanzar manteniéndolo en equilibrio.</p>		
<p><b>PARTE PRINCIPAL 35 min</b></p> <p><b>a) Mejora de las capacidades coordinativas</b>                      Desarrollo de la coordinación y velocidad ubicación del tiempo y espacio</p>	<p>Se forman grupos de al menos tres jugadores. Jugador A slaloms la pelota a través de los conos con los pies y luego pasa con el interior del pie derecho de jugador B. El jugador A continuación, se ejecuta a ocupar el lugar del jugador B. El jugador B pasa por el slalom y pasa con el interior de la izquierda pie al jugador C y corre a tomar el lugar de jugador C, y así sucesivamente.</p>		<p>Conos                      balones</p>
<p><b>Recuperación 5 min</b></p>	<p>Relajamiento e hidratación</p>		

<p><b>b) Aprendizaje Técnico</b></p> <p>Mejorar el control y pase del balón</p> <p>Conservar el balón evitando al adversario fintas y regates con el balón</p>	<p><b>Rondos 2 v 2 + 4 jugadores externos</b></p> <p>A 2 v 2 juego está configurado (amarillos contra azules) con cuatro jugadores neutrales adicionales (en blanco) a los lados de la cancha. Se cuenta el número de pasadas. Cuando un equipo recupera la posesión de la pelota, el conteo comienza de nuevo desde cero. Dos campos se pueden formar. Una variación es usar dos o tres jugadores neutrales.</p>		<p>Conos</p> <p>Chalecos</p> <p>Balones</p>
<p><b>c) Aprendizaje táctico</b></p> <p>Objetivo: un montón de pases. Mueve edificados por el centro o por las bandas, atacar y aspectos defensivos</p> <p>-Indirectamente desarrollo de principios de juego</p> <p>-Creatividad</p>	<p><b>Partidos de entrenamiento 7 v 7 (con portero)</b></p> <p>Dos equipos de siete frente a la otra en un campo de siete por lado (con portero y suplentes). El juego libre, el entrenador mantiene un perfil bajo. .</p>		<p>-Cancha de futbol 7</p> <p>-Arcos de mini futbol</p> <p>Balones</p>
<p><b>PARTE FINAL</b>      <b>10min</b></p> <p>Desarrollo de la flexibilidad</p>	<p>Ejercicios básicos de flexibilidad</p> <p>Conclusiones de la sesión e indicaciones</p>		

## **6.7. Impactos**

Esta propuesta de un manual de entrenamiento de futbol base para niños de 8 a 10 años en la escuelas de fútbol de la ciudad de será de impacto pedagógico, ya que servirá para que los monitores y entrenadores utilicen en el proceso de enseñanza del fútbol.

Es así también de impacto social porque el deportista que se interesa en ver observar se instruye y adquiere su propio conocimiento, desarrollando una formación integral beneficiosa para la calidad de vida.

## **6.8. Difusión**

El manual de entrenamiento de futbol base para niños de 8 a 10 años será entregado en todas las escuelas de la ciudad de Ibarra donde se llevó a cabo la investigación para su puesta en práctica al beneficio de la niñez de la provincia.

## BIBLIOGRAFÍA

FORTEZA DE LA ROSA, (2009) “Entrenamiento Deportivo, Preparación para el rendimiento” Editorial KINESIS, Armenia-Colombia.

BUCHER W. Y BRUGGMANN B, (2010) “1000 Ejercicios y Juegos de Fútbol Base” Cuarta Edición, Editorial HISPANO EUROPEA.

JOSÉ LUIS LÓPEZ DE ELIZAGA, (2012) “La teoría Sociológica de Jürgen Habermas y Niklas Luhmann” Editorial Prensa Universitaria, Zaragoza España.

GEORGE S. MORRISON, (2008) “Educación Infantil”, 9<sup>a</sup> Edición, PEARSON EDUCACIÓN S. A., Madrid- España.

ORLICK TERRY (2009), “El Entrenamiento Mental” 3 Edición Editorial Paidotribo, Barcelona- España

WILMORE JACK Y COSTILL DAVID, (2009) “Fisiología del Esfuerzo y del Deporte” 6<sup>a</sup> Edición Editorial Paidotribo, España

GARRY L. MARTIN, (2008) “Psicología del Deporte” 3<sup>o</sup> era Edición, Editorial PRENTICE-HALL, Madrid-España

HORST WEIN, (2008) “Fútbol a la medida del niño” Editorial Kinesis Armenia-Colombia

CASTELLON J. Y NAVAS L., (2009) “Aprendizaje, Desarrollo y Disfunciones, Implicaciones para la enseñanza en la Educación Secundaria” Editorial Club Universitario, España.

MIGUEL ÁNGEL PORTUGAL, (2008) “Medios de entrenamiento con balón” Editorial GYMNOS Madrid- España

VERKHOSHANKY YURI, (2011) “Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo”, Editorial Paidotribo, España.

PACHECO RUI, (2008) “La Enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7” Segunda Edición, Editorial Paidotribo, España

Manual de Entrenamiento de la FIFA, 2012

MANUEL VÁZQUEZ MONTALBÁN, (2008) “La Enseñanza del Fútbol” Editorial paidotribo, Barcelona- España

LUIS MANUEL BENÍTEZ, (2008) “Fútbol en la Iniciación” Editorial WANCEULEN, Sevilla-España

CALDERÓN MONTERO FRANCISCO J., (2007) “Fisiología aplicada al deporte”, EDITORIAL TEBAR S.A., Madrid- España

OLLER MAURO VALENCIANO (2008), “El Entrenador y el equipo” Primera Edición, Editorial Paidotribo, Barcelona- España.

WEINBERG Y GOULD (2010), “Fundamentos de Psicología del deporte y del ejercicio Físico”, Editorial Panamericana.

ORFEO SUAREZ (2011), “Palabra Del entrenador”, Roca Editorial, Madrid- España.

TOLLERES Y FRANTAROLA (2006), “Entrenamiento de Fútbol Base” Editorial Paidotribo, cuarta edición.

FRANCISCO J. ORTS (2008), “La gestión municipal del deporte”, Editorial INDE, Barcelona-España.

JOSÉ M. TOURIÑAN LÓPEZ (2010), “Artes y Educación, Fundamento de pedagogía Meso axiológica”, Editorial Netbiblo S.L. Primera Edición

VIRGINIA GONZALES ORNELAS (2007), “Estrategias de Aprendizaje”, Editorial Pax México. Segunda Edición

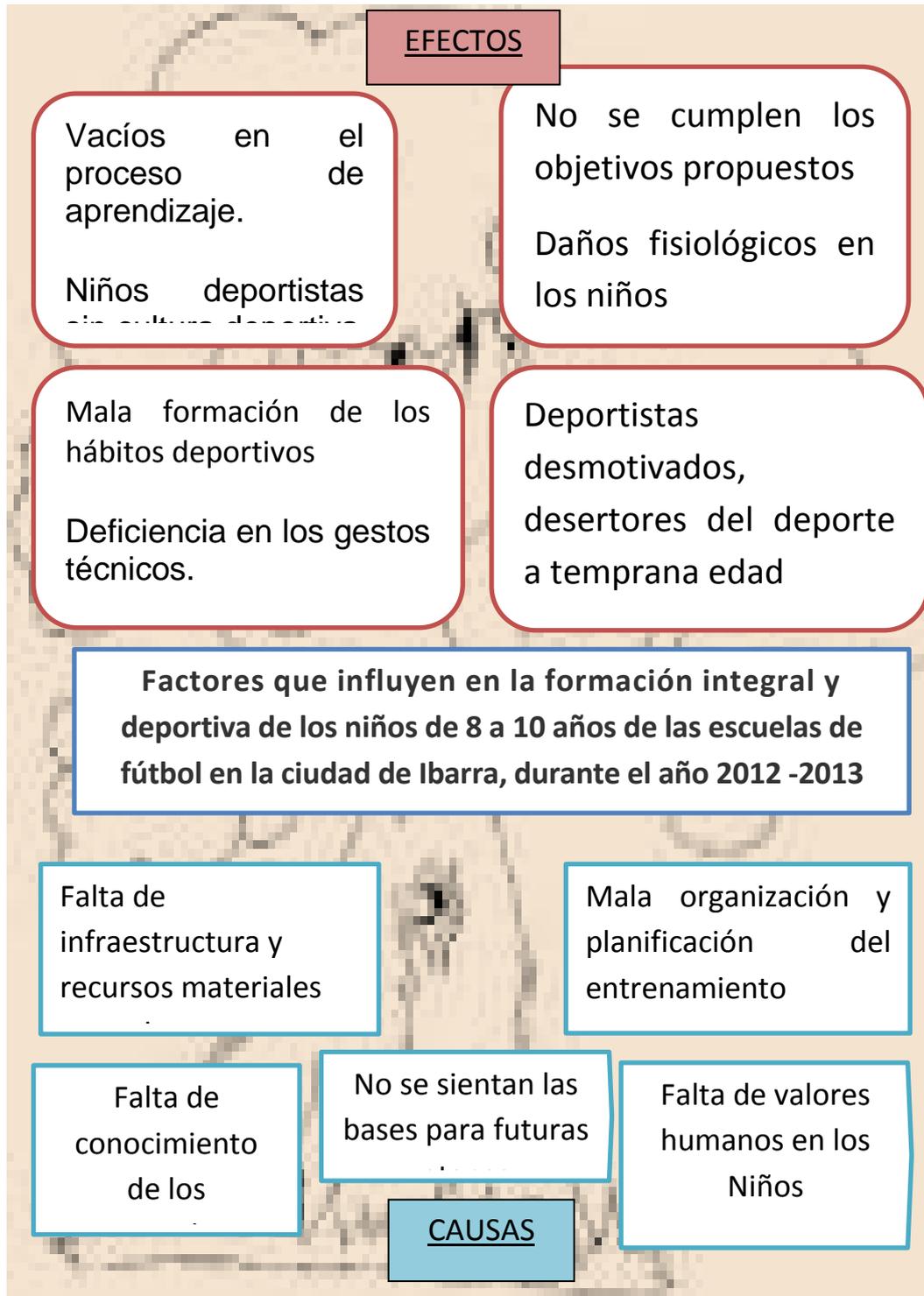
PATRICE MARCELLOU (2009), “Fútbol programación anual del entrenamiento de alevines”, Editorial Paidotribo, Barcelona España.

JOSÉ MARÍA BUCETA (2010), “Psicología del Deporte”, Editorial DYKINSON.

JORGE DE HEGEDÜS (2008), “Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo”, Editorial STADIUM, Buenos Aires- Argentina.

# ANEXOS

Anexo # 1 Árbol de problemas



## Anexo # 2 Matriz de coherencia

Formulación del problema	Objetivo
¿Cuáles son los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año 2012-2013?	Determinar los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año lectivo 2011.
Interrogantes	Objetivos específicos
<p>¿Cuáles son los factores psicológicos y fisiológicos que inciden en la formación integral - deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año 2012- 2013?</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento de los entrenadores para el proceso de enseñanza-aprendizaje en niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año 2012- 2013?</p> <p>¿Cuál es el nivel de aprendizaje de las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra, durante el año 2012-2013?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar los factores psicológicos y fisiológicos que afectan en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra.</li> <li>• Establecer los niveles de conocimiento de los entrenadores para el proceso de enseñanza-aprendizaje en niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra.</li> <li>• Analizar los niveles de aprendizaje de las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra.</li> </ul>

### Anexo 3: Cuestionario

**“UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE”  
“FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA”  
“CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO”**



#### ESTIMADO ENTRENADOR (A) DE FUTBOL:

La presente encuesta tiene como propósito determinar los factores que influyen en la formación integral y deportiva de los niños de 8 a 10 años de las escuelas de fútbol en la ciudad de Ibarra. Sus respuestas serán de mucho valor para alcanzar los objetivos propuestos en este estudio. No es necesario que usted ponga su nombre, pero le encarecemos que usted responda con absoluta sinceridad y precisión todas las preguntas.

#### 1.- ¿Conoce sobre cómo desarrollar los procesos de enseñanza-aprendizaje del fútbol con los niños en las diferentes etapas de formación deportiva?

- Si ( )
- No ( )
- Tuve profesores o entrenadores de fútbol ( )
- Integré uno o varios equipos de fútbol profesional ( )
- Soy entrenador de fútbol Titulado. ( )

#### 2.- Considera que su grado de conocimiento sobre los factores que influyen en la formación integral-deportivo de los niños es:

Alto\_\_\_\_      Muy bueno\_\_\_\_      Bueno\_\_\_\_      Regular \_\_\_\_  
Malo\_\_\_\_

#### 3. La Motivación, Concentración y el control emocional, en los niños para su aprendizaje es:

- Muy importante ( )
- Medianamente importante ( )
- Poco importante ( )
- Nada importante ( )

#### 4. En el desarrollo fisiológico del niño la influencia del entrenamiento del fútbol es:

- Muy importante ( )
- Medianamente importante ( )
- Poco importante ( )
- Nada importante ( )

#### 5. ¿Considera que en sus entrenamientos con los niños, el entrenador desarrolla valores éticos y morales?

Siempre.....      Casi siempre.....      A veces .....      Nunca.....

#### 6. En el entrenamiento con los niños es importante el tiempo de trabajo y la recuperación.

Siempre.....      Casi siempre.....      A veces .....      Nunca.....

#### 7. Los procesos de la enseñanza del fútbol para niños de 8 a 10 años en las escuelas de fútbol es o son:

- Etapa de iniciación de los fundamentos técnicos ( )
- Etapa de aprendizaje profundo de la técnica ( )
- Etapa del juego ( )
- Edad de los habilidades y destrezas ( )

**8. ¿En el proceso de entrenamiento del futbol aplica los principios del entrenamiento?**

Siempre.....                      Casi siempre.....                      A veces .....                      Nunca.....

**10. ¿Enseña a su deportista sobre la influencia del descanso, hidratación y alimentación en el entrenamiento?**

Siempre.....                      Casi siempre.....                      A veces .....                      Nunca.....

**11. ¿Exige usted un examen médico a sus deportistas?**

Siempre.....                      Casi siempre.....                      A veces .....                      Nunca.....

**12. En las edades de 8 a 10 años se desarrollan las habilidades motoras básicas. Señale la opción más importante para usted**

- Coordinación , equilibrio y multilateralidad ( )
- Resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad ( )
- Habilidad, destreza y técnica ( )
- Condicionales y Determinantes ( )

**13. ¿La metodología en las sesiones de entrenamiento para la enseñanza de las habilidades motrices básicas y los fundamentos técnicos es:**

- Muy importante ( )
- Medianamente importante ( )
- Poco importante ( )
- Nada importante ( )

**14. En el fundamento del pase cual superficie de contacto considera más efectivo para realizar un pase corto:**

- Empeine total ( )
- Borde externo ( )
- Borde interno ( )
- Punta de pie ( )
- Todos los anteriores ( )

**15. En el fundamento del pase cual superficie de contacto considera más importante para realizar un cambio de orientación:**

- Empeine total ( )
- Borde externo ( )

- Borde interno ( )
- Punta de pie ( )
- Todos los anteriores ( )

**16. En la conducción cual superficie de contacto considera más importante para realizar una conducción con mejor desplazamiento:**

- Empeine total ( )
- Borde externo ( )
- Borde interno ( )
- Borde interno y externo ( )
- Planta de pie ( )

**17. En el cabeceo ofensivo y defensivo, señale el o los perfiles correctos:**

- Occipital izquierdo ( )
- Frontal ( )
- Occipital derecho ( )
- Frontal de pique al piso ( )
- Todas las anteriores ( )

**18. En sus sesiones de entrenamiento en los niños de 8 a 10 años a que aspecto se debe dar más importancia:**

- Capacidades físicas ( )
- Fundamentos y habilidades ( )
- Principios ofensivos y defensivos ( )
- El Juego y la recreación ( )
- Todas las anteriores ( )

**19. Cree usted que el entrenador durante el proceso del entrenamiento del niño influye como un factor determinante en la formación de la personalidad del niño.**

SI.....

NO.....

**20.- Considera que el diseño de un manual de entrenamiento de futbol base para la enseñanza en la iniciación deportiva es:**

- Muy valiosa ( )
- Poco valiosa ( )
- Ayudaría a mejorar la técnica y táctica en el fútbol ( )
- No es valiosa ( )

*Gracias por su Colaboración*

## Anexo 4: Ficha de Observación

### HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y FUNDAMENTOS TÉCNICOS

NOMBRE DEL

EDAD:

DEPORTISTA: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

NOMBRE DE LA

ESCUELA: \_\_\_\_\_

Nº	EJERCICIOS	EXCELENTE	MUY BUENO	BUENO	REGULAR
1	<b>COORDINACIÓN:</b> VARIEDAD DE EJERCICIOS EN LA ESCALERA				
2	<b>MULTILATERALIDAD Y EQUILIBRIO:</b> EJERCICIOS DE SALTOS ALTERNADOS, LATERALES, VERTICALES, ZIG - ZAG, HORIZANTALES, DIFERENTES MOVIMIENTOS.				
3	<b>CONDUCCIÓN</b> .-UN CIRCUITO DE EJERCICIOS CON DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO (ZIG - ZAC, LATERAL, DE FRENTE, DE ESPALDAS, ETC)				
4	<b>DOMINIO DEL BALÓN:</b> EJERCICIOS INDIVIDUALES DE DONIO DEL BALON, DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO POR UNTIEMPO DETERMINADO				
5	<b>CONTROL:</b> EJERCICIOS DE DOMINIO, ELEVACION Y CONTROLAR CON DIFERENTES ( PLANTA DE PIE, MUSLO, BORDE INTERNO, EMPEINE, PECHO, ETC)				
6	<b>PASES.-</b> UBICAMOS DOS COLUMNAS FRENTE A FRENTE Y REALIZAMOS PASES CON DESPLAZAMIENTOS LATERALES Y DE FRENTE - ESPALDA, BORDE INTERNO, EXTERNO, EMPEINE TOTAL, ETC)				
7	<b>ORIENTACION:</b> EJERCICIOS DE CONTROL Y PASES PROFUNDO, UBICANDO CONOS PARA DAR LA DIRECCION DEL BALON.				
8	<b>TIRO:</b> DIFERENTES REMATES A LA PORTERÍA EN UBICACIONES DIFERENTE CON PIERNA IZQUIERDA Y DERECHA CON BALON EN MOVIMIENTO Y BALON ESTATICO.				
9	<b>FINTAS Y REGATE.-</b> LOS JUGADORES SE COLOCAN DELANTE DE UN CONO SE EXPLICA EL TIPO DE REGATE QUE VAMOS A REALIZAR, LOS JUGADORES INDIVIDUALMENTE PRACTICAN EL REGATE CON EL CONO.				
10	<b>CABECEO.-</b> POR PAREJAS REALIZAMOS CABECEOS CON DIFERENTES PERFILES Y DIRECCIONES.				

## Anexo: 5 Evidencias de la investigación

















# ESCUELA DE FÚTBOL "JUVENIL CALEÑO"

Dir. Estadio de Liga las Palmas, sector las Palmas

Tel. 0999649221

Ibarra 12 de Enero del 2014

## CERTIFICO

**Que**, el señor Franklin Armando Chávez Manrique portador de la cedula de ciudadanía N°100299644-3, realizó una socialización sobre los beneficios que pueda brindar **"UN MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FUTBOL BASE"**, el mismo que también fue entregado a la institución para mejorar los procesos de Formación Integral y Deportiva con nuestros deportistas.

Es todo lo que puedo certificar, pudiendo el interesado dar uso a sus fines.

Atentamente,

Prof. Pedro Carlosama J C

COORDINADOR





# ESCUELA DE FÚTBOL "ALBERTO SPENCER"

Dir. Canchas de la ciudadela Emelnorte.

Telf. 062545138/0990155255

Acuerdo Ministerial 515 del Ministerio del Deporte

Ibarra, 15 de Diciembre del 2013

## CERTIFICADO

A petición verbal del Señor: CHÁVEZ MANRIQUE FRANKLIN ARMANDO, con N° de Cedula 1002996443

### **CERTIFICO QUE:**

Posterior al haber realizado su trabajo de investigación en nuestra institución, realizó la socialización y la entrega de un **"MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FÚTBOL BASE"** como propuesta alternativa, dejando como resultado de este trabajo un gran aporte Educativo y Deportivo para nuestra Escuela.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultado al interesado haga uso del presente como él creyere conveniente

Atentamente,

Ing. Paola Jiménez  
PRESIDENTA



ESCUELA DE FÚTBOL  
**ESCENCIA  
INDÍGENA**

Fundada el 12 de Diciembre de 2011  
Con acuerdo Ministerial N° 0016



Ibarra, 10 de Enero del 2014

## CERTIFICADO

Atendiendo al Pedido del señor, Franklin Armando Chávez Manrique, portador de la Cedula de Ciudadanía, 100299644

El Club Deportivo Especializado Formativo "ESCUELA DE FÚTBOL ESCENCIA INDÍGENA", en mi calidad de Coordinadora General del establecimiento antes mencionado, me permito extenderle el agradecimiento por haber confiado en nuestra institución.

A sí mismo **CERTIFICO**, que el señor: FRANKLIN ARMANDO CHÁVEZ MANRIQUE, realizó la Socialización y la Entrega de un "Manual de Entrenamiento de Fútbol Base" a nuestra Institución como propuesta de solución a su trabajo investigativo, como requisito previo a la obtención del Título de **Licenciado en Entrenamiento Deportivo**, mismo que estamos seguros servirá de gran aporte para la formación de nuestros deportistas.

Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad, pudiendo el beneficiario hacer a sus fines.

Atentamente,

Verónica Remache Martínez  
COORDINADORA GENERAL



Ing. Serafín Maliza  
GERENTE GENERAL

Matriz Ibarra: Colón y Olmedo (esq.) / Telf.: 062 603 676 / 062 950 953 / 062 991 487 / Sucursal Tulcán: Bolívar y 10 de Agosto local N° 51034 / Telf.: 062 986 476 / Sucursal Otavalo: Antonio José de Sucre 11-05 y Cristóbal Colón / Telf.: 062 928 000 / Sucursal Quito: Av. Julio Andrade y Pedro Vicente Maldonado (Sector Nueva Aurora) / Telf.: 023 652 775 / Sucursal Salcedo: Sucre y Ana Paredes / Telf.: 032 730 528 / Ambato Centro: Av. Pedro Fermín Cevallos y Eloy Alfaro / Telf.: 032 423 626 / Ambato Huachi: José Peralla y Gonzalo Zaldumbide / Telf.: 032 990 214 / Sucursal Cañar: Guayaquil y Nela Martínez / Telf.: 072 236 806 / Sucursal Azogues: 24 de Mayo y 10 de Agosto / Telf.: 073 020 178 / Sucursal Cuenca: Carlos Veintimilla entre Crespo Ordoñez y Av. Las Américas / Telf.: 074 093 515

[www.escenciaindigena.com](http://www.escenciaindigena.com)

# ESCUELA DE FÚTBOL "EL NACIONAL"

DIR: Canchas del Colegio Nacional Ibarra

TELF: 0982662438

Ibarra, 26 Noviembre del 2013

## CERTIFICADO

La Escuela de Fútbol El Nacional sede Ibarra, Certifica que el señor Franklin Chávez con C.I. Nº100299644-3, realizó su trabajo de investigación en nuestra institución con los niños de 8 a 10 años y con los dos entrenadores que coordinan la escuela, Posteriormente Socializó y realizó la entrega de una Propuesta: **"MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FÚTBOL BASE, PARA ENTRENADORES DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DE LA CIUDAD DE IBARRA"**, siendo un valioso aporte para nuestra institución en la formación de nuestros deportistas.

Es todo cuanto puedo certificar, pudiendo el beneficiario hacer uso a fines.

Atentamente,



Lic. Alex salas

COORDINADOR



# ESCUELA DE FÚTBOL

## “L.D.U.”

DIR: Estadio del Olivo, junto a la UTN.

Tel. 2602662/0997163604/0989112020

Escuela de Fútbol Alcanza tu sueño de Liga Deportiva Universitaria de Quito sede Ibarra

Ibarra, 15 de Diciembre del 2013

## CERTIFICADO

A petición verbal por parte interesada el Sr FRANKLIN ARMANDO CHÁVEZ MANRIQUE con C.I. N°100299644-3

Certifico que el señor antes mencionado realizó su trabajo de investigación en nuestra institución con los niños en edades comprendidas entre 8 a 10 años, y como propuesta presento y socializó un **“MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FÚTBOL BASE, PARA ENTRENADORES DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DE LA CIUDAD DE IBARRA”** mismo que estamos confiados que será un aporte beneficioso para realizar el trabajo con los niños de nuestra institución.

Es todo cuanto puedo certificar, pudiendo el interesado hacer uso del presente como a bien estime conveniente.

Atentamente,

Prof. Nelson Guerrero

COORDINADOR



FILIAL A LA FEDERACION  
DEPORTIVA DE LIGAS  
BARRIALES Y PARROQUIALES  
DE IMBABURA

**LIGA DEPORTIVA PARROQUIAL SAN ANTONIO DE IBARRA**

FUNDADA EL 20 DE ABRIL DE 1982  
REGISTRO OFICIAL N° 259

San Antonio de Ibarra, 12 -12- 2013

## CERTIFICADO

Liga Parroquial San Antonio Certifica que el señor Franklin Chávez con C.I. N°100299644-3 realizó la socialización de su temática de investigación entregando un Manual instructivo titulado : **"MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FÚTBOL BASE, PARA ENTRENADORES DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DE LA CIUDAD DE IBARRA"** mismo que estamos seguros será de gran aporte, para continuar en la formación de deportistas con nuevas metodologías de trabajo y con una visión diferente sobre el proceso de enseñanza del fútbol con los niños.

Es todo cuanto se puede certificar, pudiendo el beneficiario hacer uso a su interés.

Atentamente,

Ing. Ramiro Esteves

Presidente de Liga Parroquial San Antonio



CLUB DEPORTIVO  
**"TEODORO GÓMEZ DE LA TORRE"**  
Acuerdo N° 079 Febrero 2005  
EL EQUIPO DE LA CIUDAD

---

**ESCUELA DE FÚTBOL**

Ibarra 12 de Enero del 2014

**CERTIFICO**

**Que**, el señor Franklin Armando Chávez Manrique portador de la cedula de ciudadanía N°100299644-3, realizó una socialización sobre los beneficios que pueda brindar **"UN MANUAL DE ENTRENAMIENTO DE FUTBOL BASE"**, en función de mejorar los procesos de Formación Integral y Deportiva de nuestros deportistas y de la provincia de Imbabura.

Es todo lo que puedo certificar, pudiendo el interesado dar uso a sus fines.

Atentamente,

  
Dr. Giovanni Chamorro  
**VICEPRESIDENTE CLUB**



---

Dirección: Teodoro Gómez de la Torre 31-01 y Maldonado \* Ibarra – Ecuador  
Teléfonos: 062 951974 – 062 950491 \* Fax: 062 604630 – 062 951193

# ESCUELA DE FÚTBOL "AGUSTIN DELGADO"

Dirección: Avenida el Retorno, Canchas de la Academia San Diego

Telf. 0983152507

Ibarra, 10 de Diciembre del 2013

## CERTIFICADO

A petición del señor, Chávez Manrique Franklin Armando con N° de Cedula 1002996443.

Certifico que, el señor antes mencionado posterior a realizar su trabajo de investigación, realizo la socialización y la entrega de un Manual de título **"Manual de entrenamiento de futbol Base para entrenadores de la ciudad de Ibarra"** como una valiosa ayuda para fortalecer el entrenamiento con los niños con el objetivo de mejorar su formación Integral y Deportiva

Es todo cuanto puedo certificar, dando el interesado el uso pertinente al presente.

Atentamente,



Patricio Delgado

Coordinador- Entrenador



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

### AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	100299644-3		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Chávez Manrique Franklin Armando		
DIRECCIÓN:	San Antonio de Ibarra		
EMAIL:	fchavez528@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2932920	TELÉFONO MÓVIL:	0986205354

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"FACTORES QUE INFLUYEN EN LA FORMACIÓN INTEGRAL Y DEPORTIVA DE LOS NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL EN LA CIUDAD DE IBARRA, DURANTE EL AÑO 2012 – 2013"
AUTOR (ES):	Chávez Manrique Franklin Armando
FECHA: AAAAMMDD	2013-11-22
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en la Especialidad de Entrenamiento Deportivo.
ASESOR /DIRECTOR:	Msc. Fabián Yépez

## 2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Chávez Manrique Franklin Armando, con cédula de identidad Nro. 100299644-3 , en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

## 3. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 29 días del mes de Noviembre de 2013

### EL AUTOR:

(Firma).....

Nombre: Chávez Manrique Franklin Armando

C.C.: 100299644-3



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

### CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, Chávez Manrique Franklin Armando, con cédula de identidad Nro. 100299644-3 , manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado: FACTORES QUE INFLUYEN EN LA FORMACIÓN INTEGRAL Y DEPORTIVA DE LOS NIÑOS DE 8 A 10 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL EN LA CIUDAD DE IBARRA, DURANTE EL AÑO 2012-2013 " ., que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado en la Especialidad de Entrenamiento Deportivo. , en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 29 días del mes de Noviembre de 2013

(Firma) .....

Nombre: Chávez Manrique Franklin Armando

Cédula: 100299644-3