



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

T E M A:

“MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL, EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LA CIUDAD DE CAYAMBE EN EL AÑO 2012-2013”.

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

Autor:

González Flores Augusto Mauricio

Director:

Msc. Yépez Fabián

Ibarra, 2015

APROBACIÓN DEL DIRECTOR

CERTIFICO

Luego de haber sido designado por el ilustre consejo directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con mucha satisfacción participar como director del Trabajo de Grado: "MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL, EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LA CIUDAD CAYAMBE EN EL AÑO 2012-2013", trabajo de investigación realizado por el señor egresado González Flores Augusto Mauricio, previo a la obtención del título de Entrenamiento Deportivo.

Que ha sido dirigido en todas sus partes, cumpliendo con todas las disposiciones emitidas por la Universidad Técnica del Norte en lo referente a la elaboración del Trabajo de Grado

Por lo expuesto:

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

Ibarra,



Msc. Fabián Yépez

DEDICATORIA

El presente trabajo, es fruto de un esfuerzo constante que duró cuatro años de obtener los conocimientos necesarios para que finalmente se pueda aplicar en esta investigación y dar una solución al problema de la misma.

Me satisface dedicar a mi madre Mónica Flores por ser esa persona luchadora quien inculcado en mí el deseo de superación, también va dedicado a mis segundos padres Augusto Flores y Rosa Bejarano por confiar en mí y brindarme todo el apoyo para que pueda cumplir con cada una de las actividades relacionadas con el estudio de esta hermosa carrera.

A Mauricio.

AGRADECIMIENTO

Quiero elevar mi voz de agradecimiento a la vida, a Dios por bendecirme y permitir que la profesión que decidí seguir fue la correcta a mi madre, mis abuelitos mi hermana mi sobrina y mi familia que siempre estuvieron conmigo y me brindaron el apoyo para conseguir esta meta.

Un agradecimiento a la UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE por crear la posibilidad de estudiar esta carrera tan hermosa y a las instituciones que permitieron que mi investigación se lleve a cabo.

A mi director de trabajo de grado, Msc. Fabián Yépez por su esfuerzo, conocimientos, experiencia, dedicación y colaboración que ayudaron a que logre salir adelante con esta tan importante investigación.

Hay que reconocer los conocimientos que nos impartieron los estimados docentes, el trabajo incansable que el coordinador por el bienestar de nuestra carrera Dr. Vicente Yandún, un agradecimiento a quienes formamos parte de los 13 de La Fama, que aparte de ser compañeros logramos conformar una gran amistad.

No por nombrar al final resto importancia, al contrario un agradecimiento eterno especial con mucho cariño y afecto a Grace Caza quien desde el instante que llegó a mi vida ha sido una fuente de energía anímica para mí, brindándome el apoyo incondicional, entregándome consejos, palabras que permitieron seguir con mi sueño y que a pesar de la demora ella supo estar ahí hasta que logré conseguir una de mis metas.

A. Mauricio.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	v
ÍNDICE DE CUADROS.....	x
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xii
RESUMEN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	xv

CAPÍTULO I

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
1.5. Objetivos.....	6
1.6. Justificación.....	7
1.7. Factibilidad.....	9

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO.....	11
2.1. Fundamentación Teórica.....	11
2.1.1. Fundamentación Epistemológica.....	11
2.1.2. Fundamentación Filosófica.....	13
2.1.3. Fundamentación Sociológica.....	14

2.1.4. Fundamentación Psicológica.....	16
2.1.5. Fundamentación Pedagógica.....	17
2.1.6. Fundamentación Educativa.....	19
2.1.6.1. Objetivos del Entrenamiento deportivo.....	22
2.1.6.2. Planificación del Entrenamiento Deportivo.....	23
2.1.7. Rendimiento Deportivo.....	24
2.1.8. Estrategias Metodológicas.....	25
2.1.9. Métodos de Entrenamiento.....	26
2.1.9.1. Métodos de Entrenamiento de las Capacidades Físicas.....	27
2.1.9.1.1. Método Continuo.....	27
2.1.9.1.2. Método Continuo Extensivo.....	28
2.1.9.1.3. Método Continuo Intensivo.....	29
2.1.9.1.4. Método Continuo Variable.....	29
2.1.9.1.5. Método Fartlek.....	30
2.1.9.2. El Método Como Estilo de Enseñanza.....	31
2.1.9.2.1. Mando Directo.....	31
2.1.9.2.2. Asignación de Tareas.....	33
2.1.9.2.3. Enseñanza Recíproca.....	34
2.1.9.2.4. Descubrimiento Guiado.....	36
2.1.9.2.5. La Resolución de Problemas.....	37
2.1.10. Métodos para el Entrenamiento del Fútbol.....	38
2.1.10.1. Método de Repeticiones.....	38
2.1.10.2. Método de Competencia.....	39
2.1.11. Métodos de Enseñanza Aprendizaje del Fútbol.....	40
2.1.11.1. Métodos Deductivos.....	41
2.1.11.2. Métodos Inductivos.....	42
2.1.11.3. Métodos Analíticos.....	43
2.1.11.4. Método Global.....	44
2.1.12. Métodos de Entrenamiento de la Técnica del Fútbol.....	45
2.1.12.1. Método Lúdico.....	45
2.1.12.2 Método de Ejercicios Simples.....	47
2.1.12.3. Método de Ejercicios Complejos.....	47

2.1.12.4. Método Mixto.....	48
2.1.13. El Fútbol.....	48
2.1.14. La Técnica en el Fútbol.....	49
2.1.15. Fundamentos del Fútbol.....	51
2.1.16. Fundamentos Técnicos del Fútbol.....	52
2.1.17. Clasificación de los Fundamentos Técnicos.....	55
2.1.18. Técnica Individual.....	56
2.1.18.1. El Control.....	56
2.1.18.2. Habilidad y Destreza.....	57
2.1.18.3. Conducción.....	59
2.1.18.4. La Cobertura.....	61
2.1.18.5. La Finta.....	61
2.1.18.6. El Regate.....	62
2.1.18.7. El Tiro.....	63
2.1.18.8. La Interceptación.....	65
2.1.18.9. La Anticipación.....	66
2.1.18.10. Recuperación del Balón.....	66
2.1.18.11. La Carga.....	68
2.1.19. Técnica Colectiva.....	68
2.1.19.1. El Pase.....	68
2.1.19.2. El Relevó.....	70
2.1.19.3. Acciones Combinadas.....	71
2.2. Posicionamiento Teórico Personal.....	72
2.3. Glosario de Términos.....	73
2.4. Interrogantes la Investigación.....	75
2.5 Matriz de variables.....	76

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	77
3.1. Tipo de Investigación.....	77

3.2. Métodos.....	78
3.2.1. Métodos Empíricos.....	78
3.2.1.1. Método de Recolección de Información.....	78
3.2.2. Método Teórico.....	78
3.2.2.1. Método Histórico – Lógico.....	78
3.2.2.2. Método Inductivo – Deductivo.....	78
3.2.2.3. Método Analítico – Sintético.....	78
3.2.2.4. Método Sistémico.....	79
3.2.3. Método Matemático.....	79
3.2.3.1. Método Estadístico.....	79
3.3. Instrumentos y Técnicas.....	79
3.4. Población.....	79
3.5. Muestra.....	80

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	81
4.1. Análisis, e Interpretación de Resultados de Encuesta a Deportistas.....	82
4.2. Análisis, e Interpretación de Resultados de Encuesta a Entrenadores.....	92
4.3. Análisis Descriptivo de Ficha de Observación Deportistas Colegio de Bachillerato “Nelson Torres”.....	102
4.4. Análisis Descriptivo de Ficha de Observación Deportistas Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín”.....	103

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	104
5.1. Conclusiones.....	104

5.2. Recomendaciones.....	105
5.3. Contestación a las preguntas de Investigación.....	105

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA.....	107
6.1. Título.....	107
6.2. Justificación e Importancia.	107
6.3. Fundamentación Teórica.	109
6.4. Objetivos.....	110
6.5. Ubicación Sectorial.	110
6.6. Desarrollo de la Propuesta.	111
6.7. Impacto.....	139
6.8. Difusión.....	140
6.9. Bibliografía.....	140
6.10 Anexos.....	144

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1. Clasificación de la técnica.....	56
Cuadro N° 2. Población usada en la investigación.	79
De preguntas a deportistas	
Cuadro N° 3. Pregunta 1, objetivos a Trabajar.	82
Cuadro N° 4. Pregunta 2, uso de medios para enseñanza.....	83
Cuadro N° 5. Pregunta 3, paso de lo teórico a lo práctico.....	84
Cuadro N° 6. Pregunta 5, corrección de errores.	85
Cuadro N° 7. Pregunta 5, uso de elementos.	86
Cuadro N° 8. Pregunta 6, explicación y ejecución.....	87
Cuadro N° 9. Pregunta 7, conocimientos del entrenador.....	88
Cuadro N° 10. Pregunta 8, información para mejorar.....	89
Cuadro N° 11. Pregunta 9, nueva explicación.....	90
Cuadro N° 12. Pregunta 10, ayuda para ejecución.....	91
De preguntas a entrenadores:	
Cuadro N° 13. Pregunta 1, aplicación de técnica colectiva.....	92
Cuadro N° 14. Pregunta 2, Métodos de entrenamiento y de EA.....	93
Cuadro N° 15. Pregunta 3, uso de elementos.....	94
Cuadro N° 16. Pregunta 4, exposición de inquietudes.....	95
Cuadro N° 17. Pregunta 5, nueva explicación.....	96
Cuadro N° 18. Pregunta 6, explicación y demostración.....	97
Cuadro N° 19. Pregunta 7, tiempo necesario.....	98
Cuadro N° 20. Pregunta 8, ejecución de técnica colectiva.....	99
Cuadro N° 21. Pregunta 9, tiempo para la práctica.....	100
Cuadro N° 22. Pregunta 10, importancia en el entrenamiento.....	101
Cuadro N° 23. Ficha de Observación Nelson Torres. Acciones combinadas, relevos técnicos, pases.....	102
Cuadro N° 24. Ficha de Observación Natalia Jarrín. Acciones combinadas, relevos técnicos, pases.....	103

ÍNDICE DE GRÁFICOS

De preguntas a deportistas:

Grafico N° 1. Distribución porcentual pregunta 1.....	82
Grafico N° 2. Distribución porcentual pregunta 2.	83
Grafico N° 3. Distribución porcentual pregunta 3.	84
Grafico N° 4. Distribución porcentual pregunta 4.	85
Grafico N° 5. Distribución porcentual pregunta 5.....	86
Grafico N° 6. Distribución porcentual pregunta 6.	87
Grafico N° 7. Distribución porcentual pregunta 7.	88
Grafico N° 8. Distribución porcentual pregunta 8.	89
Grafico N° 9. Distribución porcentual pregunta 9.	90
Grafico N° 10. Distribución porcentual pregunta 10.	91

De preguntas a entrenadores:

Grafico N° 11 Distribución porcentual pregunta 1 E.E.....	92
Grafico N° 12. Distribución porcentual pregunta 2 E.E.....	93
Grafico N° 13. Distribución porcentual pregunta 3 E.E.....	94
Grafico N° 14. Distribución porcentual pregunta 4 E.E.....	95
Grafico N° 15. Distribución porcentual pregunta 5 E.E.....	96
Grafico N° 16. Distribución porcentual pregunta 6 E.E.....	97
Grafico N° 17. Distribución porcentual pregunta 7 E.E.....	98
Grafico N° 18. Distribución porcentual pregunta 8 E.E.....	99
Grafico N° 19. Distribución porcentual pregunta 9 E.E.....	100
Grafico N° 20. Distribución porcentual pregunta 10 E.E.....	101
Gráfico N° 21. Distribución porcentual cuadro 23.....	102
Gráfico N° 22. Distribución porcentual cuadro 24.....	103

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1. Colegio de Bachillerato Natalia Jarrín.....	111
Figura N° 2. Colegio Nelson Torres.....	111
Figura N° 3. Carpeta creada con el Software.....	112
Figura N° 4. Ícono del Software Didáctico en el escritorio.....	113
Figura N° 5. Pantalla de inicio del Software Didáctica.....	113
Figura N° 6. Pantalla de inicio al ingresar al icono Métodos de Entrenamiento de la Técnica.....	114
Figura N° 7. Método Lúdico.....	115
Figura N° 8. Método Ejercicios Simples.....	116
Figura N° 9. Método Ejercicios Complejos.....	117
Figura N° 10. Método Mixto.....	118
Figura N° 11. Pantalla de inicio para la opción Método como Estilo de enseñanza.....	119
Figura N° 12. Mando Directo.....	121
Figura N° 13. Asignación de Tareas.....	123
Figura N° 14. Enseñanza Recíproca.....	125
Figura N° 15. Descubrimiento Guiado.....	126
Figura N° 16. Resolución de Problemas.....	128
Figura N° 17. Pantalla de inicio de la Técnica Colectiva del Fútbol.....	129
Figura N° 18. Acciones Combinadas.....	130
Figura N° 19. Relevo.....	132
Figura N° 20. El Pase.....	134
Figura N° 21. Pantalla de inicio opción Videos.....	135
Figura N° 22. Pantalla principal de la opción Videos.....	135
Figura N° 23. Función Videos.....	136
Figura N° 24. Función Videos.....	136
Figura N° 25. Función Videos.....	137
Figura N° 26. Función Videos.....	137
Figura N° 27. Función Videos.....	138
Figura N° 28. Función Videos.....	138
Figura N° 29. Función Videos.....	139

RESUMEN

La presente investigación se refirió a: “Métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013 y propuesta alternativa”. El presente trabajo de grado tuvo como propósito esencial determinar los métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe (Colegio de Bachillerato Nelson Torres y Colegio de Bachillerato Natalia Jarrín). Inmediatamente se efectuó la justificación donde se explicó las razones del porqué se realizó esta investigación y la importancia que tiene en el entrenamiento el uso de los diferentes métodos para entrenar la técnica colectiva del fútbol. Para la elaboración del marco teórico se recopiló la información de acuerdo a las categorías mencionadas y formuladas en la matriz de variables; esto se refiere a los métodos de Entrenamiento y a los fundamentos técnicos del fútbol (Técnica colectiva), para ellos se ha consultado en varios libros, revistas, internet. Posteriormente se procedió a desarrollar la parte metodológica, que se refiere a tipos de investigación, métodos que guían al proceso de la investigación. Como técnica e instrumento de recolección de información se usó la encuesta tanto a deportistas como entrenadores averiguando sobre conocimientos y métodos usados en el entrenamiento. Para finalizar nos referimos a la población, luego de obtener los resultados se procedió a representar gráficamente y analizar e interpretar a cada una de las preguntas elaboradas en las encuestas hechas a los deportistas y a los entrenadores, además se escribió conclusiones y recomendaciones, que permitieron y orientaron la elaboración de la propuesta de solución. Esta propuesta está compuesta por definiciones, ejercicios, videos, etc.; que relacionan aspectos del uso de métodos de entrenamiento y la enseñanza en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol.

ABSTRACT

The present investigation was referred to "Methods used by coaches in the collective technical training soccer in athletes in the category 14 to 16 years old in Cayambe city high schools in 2012-2013 and alternative proposed". This degree work was to determine the essential purpose of the methods used by coaches in the collective technical soccer training in athletes in the category 14 to 16 years old in Cayambe city high schools (Nelson Torres high school and Natalia Jarrín high school). Immediately was created the justification where the reasons were explained as to why this research and the importance of methods used by the collective technical soccer training. To prepare the theoretical framework the information was collected according to the categories referred and contained in the variables matrix; these are referred to the methods used by coaches in the collective technical soccer training, for them I had that consulted several books, magazines and internet. Then proceeded to develop the methodological part, refers to types of research methods that guide the research process. As techniques and instruments used, the survey of both athletes and coaches consulting with them the knowledge and methods used in training. Finally we refer to the population, after getting the results we proceeded to graph and analyze and interpret the questions developed in surveys of athletes and coaches. There is written conclusions and recommendations which allowed and guided the development of the proposed solution. This proposal contains definitions, exercises, videos, etc. Linking aspects of teaching and training that relate to aspects of using training methods and the teaching training collective technical of soccer.

Introducción

El presente trabajo de investigación se realizó con la finalidad de identificar, los métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe y ver qué tanta incidencia existe sobre los deportistas de dichas categorías en los colegios seleccionados de la ciudad de Cayambe.

Los colegios en esta investigación fueron seleccionados en base a la historia deportiva de las instituciones de la ciudad, siendo reconocido por la trayectoria y su mayor cantidad de estudiantes el Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y por otra parte se decidió escoger a el Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” que también tiene muchos años de vida institucional, pero en estos últimos años ha integrado en sus filas estudiantes varones, y debido a esto se decidió ver como es el proceso de selección y entrenamiento a estos chicos deportistas.

Como aporte a esta investigación realizada en la ciudad de Cayambe, precisamente en dos instituciones de renombre, se elaboró un programa informático denominado Software Didáctico Interactivo que consta de definiciones de la metodología adecuada para este tipo de entrenamiento y también incluye diferentes ejercicios por medio de videos, que será de gran ayuda para los entrenadores y profesores de cultura física en los diferentes establecimientos educativos.

El capítulo I se refiere a: el problema, antecedentes, planteamiento del problema, formulación del problema, delimitación del problema, objetivos generales, objetivos específicos y justificación del motivo por el cual se planteó realizar esta investigación en la ciudad de Cayambe.

El capítulo II hace referencia al: marco teórico, los diferentes métodos de entrenamiento, de enseñanza entre otros, además de la técnica colectiva del fútbol, glosario de términos, interrogantes y el posicionamiento teórico personal que permitieron al investigador llevar adelante esta investigación teniendo fuentes para poder sostener lo que al final se propone.

El capítulo III menciona la: Metodología de la investigación, tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos, población y muestra; todos este tipo de investigaciones permitieron y dieron facilidad para saber llevar acabo esta investigación, además de que facilitaron el manejo de dicha información obtenida en la investigación

El capítulo IV trata al: análisis e interpretación de resultados, análisis de la encuesta lo cual permitió hacer un análisis de las preguntas planteadas a manera de una encuesta, tanto a los estudiantes deportistas como a los profesores entrenadores de fútbol en los colegios.

El capítulo V se refiere a las: conclusiones y recomendaciones que se sacó de toda la investigación realizada, en las conclusiones se buscó llegar a determinar el porqué de determinadas situaciones y con las recomendaciones se buscó ayudar a disminuir este tipo de inconvenientes encontrados.

El capítulo VI menciona la: La propuesta, titulo, justificación e importancia, fundamentación, objetivo general, objetivos específicos, ubicación sectorial y física, desarrollo de la propuesta, impactos y socialización; este capítulo permitió que se dé la solución al problema encontrado en esta investigación

CAPITULO I

1. EL PROBLEMA.

1.1. ANTECEDENTES

Las métodos del entrenamiento del fútbol en los deportistas juveniles de los colegios de la ciudad de Cayambe cumplen un rol fundamental para que los jóvenes puedan alcanzar un correcto desarrollo deportivo, y a su vez los métodos en general que usen los entrenadores brindarán una adecuada formación sin que aquello les ocasione problemas físicos o psicológicos en un futuro cercano. El Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” es uno de los mejores y el Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” es una institución que está ingresando en el fútbol colegial masculino.

Por eso resulta muy importante que su personal técnico (entrenadores o profesores de educación física) que estén a cargo de la dirección, posean el conocimiento suficiente de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva en la etapa de formación básica del futbolista. Para esto es necesario mejorar todas las habilidades de entrenamiento, mediante el fútbol, sus componentes, fundamentos y alternativas, teniendo en cuenta la aplicación adecuada de métodos, principios de entrenamiento y la adecuada utilización de los diferentes tipos de ejercicios.

El fútbol en Cayambe como en la mayoría pueblos, ciudades de todo el mundo ha sido el deporte principal y favorito de la ciudadanía. La

práctica del mismo ha tenido mucha importancia en décadas pasadas en este cantón.

En el cantón han existido clubes que se han ganado un renombre en lo que se refiere al campeonato local, cabe nombrar que otros varios se han ganado un reconocimiento positivo en el ámbito provincial y a nivel nacional en lo que se refiere a la segunda categoría profesional un par de equipos del Cantón en décadas y años pasados han estado a punto de conseguir un ascenso a la primera categoría B del fútbol ecuatoriano.

El fútbol escolar, colegial es un semillero importante en Cayambe, puesto que aquí dan los primeros pasos los niños y jóvenes deportistas. De aquí muchos de estos deportistas pasan a formar parte de los clubes locales que participan en el campeonato cayambeño.

Años tras año en el cantón Cayambe se organiza los juegos colegiales, que enfrentan a los distintos colegios en diferentes disciplinas, siendo una de las más llamativas lo que es la disciplina del fútbol que es la que más mueve masas. En estos juegos intercolegiales cada uno de los equipos y sus jugadores participantes dejan todo en la cancha.

Ciertos colegios han optado por dar mayor competencia a los deportistas, es por eso que se han organizado de buena manera y han salido de los campeonatos locales, a participar en campeonatos con mayor renombre como son los intercolegiales en la ciudad de Quito y en la ciudad de Ibarra.

Se ha notado el interés que las autoridades de colegiales le han dado a cada una de sus representaciones (equipos de fútbol), brindando las facilidades necesarias para que salgan a sus entrenamientos y a sus participaciones en estas ciudades antes nombradas, pero los dirigentes

nos tienen los conocimientos necesarios para saber si sus deportistas están siendo entrenados por personas con amplios conocimientos en lo que a esta disciplina se refiere.

Colegios representativos del Cantón Cayambe como el Instituto Tecnológico Superior “Nelson Torres”, Colegio Técnico Cayambe, Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” y la Unidad Educativa Salesiana “Domingo Savio” han sido los que han tomado la batuta y han salido a participar fuera del cantón.

La práctica de este deporte que mueve masas ayuda y permite que los jóvenes se alejen de vicios que a lo largo de su vida pueden terminar haciendo daño a los familiares y a ellos mismos.

Este tipo de torneos es también una manera para ojeadores de equipos profesionales que están en búsqueda de talentos puedan seleccionar y dar las oportunidades a las figuras de cada colegio ya que en un futuro pueden estar formando sus escuadras profesionales y quien sabe puedan llegar a conformar la selección del Ecuador, pero si esos deportistas no están siendo formados por buenos entrenadores como ya se ha dicho que estén muy bien preparados, puede suceder todo lo contrario y el deportista puede terminar alejándose de este y todos los deportes y cayendo en algún vicio.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

La preparación técnica tanto colectiva como individual en los colegios participantes en los campeonatos intercolegiales de la ciudad de Cayambe deja mucho que desear, en vista de que, las autoridades de los centros de estudio no brindan la preocupación necesaria para el

entrenamiento de los equipos de fútbol de sus respectivos colegios y sobre las personas que están a cargo de los mismos.

En el fútbol escolar y colegial, los objetivos del entrenamiento difieren dependiendo de la edad, del nivel de desarrollo, del rendimiento y de la edad del inicio del entrenamiento. Es por eso que se busca favorecer que los jóvenes deportistas tengan un desarrollo notable y de calidad en lo referido a la técnica del fútbol.

La falta de preparación de la técnica colectiva, tendrá su incidencia directa en el rendimiento deportivo, ya que limitara a los deportistas a la hora de la ejecución de su deporte.

El nivel de la técnica colectiva objeto de estudio, es un factor muy importante en el desarrollo de la preparación del fútbol, ya que forma parte de los fundamentos de la práctica de este deporte y permitirán que los deportistas se desarrollen colectivamente e individual dando un mejor desempeño como equipo.

El desconocimiento de la metodología del entrenamiento de la técnica colectiva en el entrenamiento del fútbol, hace que el rendimiento del deportista no pueda llegar a su óptimo rendimiento, causando de esta manera un bajón deportivo en el campeonato intercolegial que se realiza en la ciudad de Cayambe año tras año.

El poco nivel de preparación de parte de los entrenadores, afecta notablemente a los deportistas que a futuro realicen actividad deportiva, no solo en el fútbol, sino también en todos los deportes colectivos.

Los entrenadores o personas que se encuentran al frente de los equipos de fútbol de los colegios generalmente no tienen una buena base de fundamentos metodológicos de entrenamiento de la técnica colectiva

del fútbol o tienen una falta de interés por el entrenamiento causando en sí que los deportistas presenten mala ejecución y aplicación de esta técnica, bajo rendimiento en los entrenamientos y en la competición, incluso desmotivación y abandono del deporte.

Por esta razón los deportistas no podrán alcanzar su máximo rendimiento en la práctica de su deporte.

Al analizar este tipo de inconvenientes, se puede visibilizar varios puntos que han contribuido a los catalogados por muchos como fracasos deportivos a nivel del cantón en lo que se refiere a la disciplina del fútbol, puesto que este deporte se nutre de jugadores que son seleccionados de los equipos que participan en los intercolegiales; tienen mucha de la culpa los dirigentes colegiales, autoridades a nivel del cantón que son los encargados de contratar personal con las capacidades y conocimientos suficientes en la práctica de este deporte.

1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿La inadecuada utilización de los métodos de entrenamiento por parte de los entrenadores incide en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013?

1.4. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

1.4.1. Unidades de observación

La presente investigación se enfocó en todos aquellos profesores - entrenadores de fútbol y en los deportistas entre las edades de 14 y 16 años de las selecciones de sus colegios.

1.4.2. Delimitación espacial

Esta investigación se realizó en el Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” de la ciudad de Cayambe, provincia de Pichincha.

1.4.3. Delimitación temporal

La presente investigación se desarrolló el año lectivo 2012 - 2013.

1.5. OBJETIVOS

1.5.1. Objetivo General

Determinar los métodos que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Diagnosticar el nivel de conocimiento de los entrenadores que se encuentran al mando de las selecciones, mediante encuestas sobre el uso de los diferentes métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013.
- Valorar el nivel de desarrollo de la técnica colectiva del fútbol de los deportistas de la categoría 14 a 16 años de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013.

- Elaborar una propuesta alternativa, que permita a los entrenadores mejorar la metodología que usan para el entrenamiento de la técnica colectiva del futbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad Cayambe en el año lectivo 2012-2013.

1.6 JUSTIFICACIÓN

La presente investigación se justifica por cuanto se hizo necesario conocer si los métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del futbol en los colegios de la ciudad de Cayambe son los adecuados para la consecución de resultados óptimos para el desarrollo del deportista y para la consecución de logros deportivos de cada una de las instituciones educativas.

Las falencias en el uso de métodos adecuados ocasionan dificultades que directamente perjudica a la calidad del deportista, por lo cual el estudio de los métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del futbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad Cayambe en el año 2012-2013, esto permitió identificar la realidad sobre esta problemática, y tener información válida para estructurar una propuesta que brinde una ayuda para dar solución a los inconvenientes encontrados.

Los entrenadores, profesores de educación física o la persona que esté a cargo de niños, jóvenes deportistas deben estar conscientes que tienen una gran responsabilidad sobre la formación deportiva de cada uno de estos deportistas, depende de las personas al frente de los futbolistas que el joven brinde un desempeño óptimo no solo en lo que se refiere a la técnica colectiva del fútbol, sino también a lo que se refiere al desarrollo físico, social y psicológico, y así de esta manera pueda crecer para ser un ciudadano de bien y con valores.

Hay que reconocer que en la práctica del fútbol como de todas las disciplinas deportivas actúan de manera conjunta dirigentes, entrenadores, deportistas, padres de los deportistas, formando un conjunto que permite un mejor desempeño y satisfactorio en la práctica, en este caso, del fútbol. La comunicación entre este grupo de personas que se interrelacionan para la práctica de este deporte debe ser la adecuada para transmitir la información correcta y verificar el desarrollo del deportista reconociendo si el entrenador usa los métodos adecuados en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad Cayambe en el año 2012-2013.

Por otra parte el cumplimiento adecuado o inadecuado de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, puede incidir notablemente en el desempeño de la práctica de este deporte, convirtiendo al grupo de futbolistas, en un conjunto más apto o no en el desempeño de su deporte.

La falta de preparación de la técnica colectiva del fútbol afecta notable a la hora de la competencia, en desempeño como equipo. La investigación se respaldó con bibliografía sobre el tema, en términos adaptables a la realidad del problema, reforzado con encuestas a los estudiantes deportistas y a los entrenadores.

Se contó con el apoyo de las autoridades del Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín”, además de la ayuda permanente de profesionales en el tema.

La razón de esta investigación fue mejorar el mal manejo conceptual y procedimental de los métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad Cayambe.

Con el desarrollo de esta investigación se propone una guía didáctica interactiva con un manejo conceptual y procedimental de los métodos que utilizan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad Cayambe en el año 2012 – 2013. Con esto se va a conseguir un mejoramiento sustancial en la aplicación del entrenamiento técnico en el fútbol, beneficiando a las instituciones, y en especial a los deportistas de las categorías 14 – 16 años de las instituciones donde se realizó el estudio Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” de la ciudad de Cayambe.

1.7. FACTIBILIDAD

Para el desarrollo de la investigación se contó con la autorización de las autoridades del Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y el Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” de la ciudad de Cayambe quienes se comprometieron y brindaron su aporte al proporcionar la información y las facilidades para la ejecución de cada una de las etapas, además se contó con el apoyo y colaboración de los estudiantes deportistas, profesores de educación física y entrenadores de las selecciones colegiales de fútbol.

El proceso de investigación no demandó de un presupuesto demasiado elevado, cada uno de los materiales a ser empleados en la investigación fueron financiados con recursos económicos propios del investigador, razón por la cual la persona encargada de la investigación contó y estuvo en las condiciones para financiar todo lo incluyente al tema a de estudio.

En lo que se refiere al tiempo que demandó esta investigación el encargado de realizar la misma, cumplió con la predisposición para cumplir con cada una de las etapas necesarias para el beneficio de la investigación.

De igual manera el investigador tuvo los conocimientos necesarios en los que se refiere al uso de los diferentes equipos electrónicos, manejo de programas y herramientas de recolección de información.

Cabe señalar además que contó con el apoyo del tutor que es una persona con experiencia en este tipo de investigaciones, el investigador supo manejar de manera correcta y adecuada la bibliografía para tener un sustento teórico del problema que se investigó.

Este Trabajo de Grado se realizó para contribuir en beneficio de las instituciones educativas en especial con los deportistas seleccionados en la disciplina del fútbol, por lo que se buscó mejorar sustancialmente el trabajo de todo el personal técnico de las selecciones de fútbol de los colegios.

Con este trabajo se buscó que los deportistas tengan un mejor desempeño en los entrenamientos y luego de los mismos, permitiendo una mejor formación en lo que tiene que ver con la técnica colectiva.

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1.1. Fundamentación Epistemológica

Teoría Constructivista

Ferreiro G. (2003)

El constructivismo es también una respuesta histórica, en este caso a los problemas del hombre y la mujer de hoy ante una avalancha extraordinaria de información y de los medios electrónicos y de comunicación que facilitan y promueven el empleo (a veces indiscriminado, superficial y limitado) de la información. (p. 24)

El constructivismo trata que si se desea que se produzca el aprendizaje, el conocimiento debe ser construido o reconstruido por el propio individuo que aprende a través de una acción, esto significa que el aprendizaje no es aquello que simplemente se pueda transmitir.

El aprendizaje puede realizarse en base a contenidos, métodos y objetivos que son los que marcan el proceso de enseñanza. La idea central es que el aprendizaje humano se construye, que la mente de las

personas elabora nuevos conocimientos, a partir de la base de enseñanzas anteriores.

El aprendizaje de los estudiantes debe ser activo, deben participar en actividades en lugar de permanecer de manera pasiva observando lo que se les explica.

Así pues aunque el aprendizaje pueda facilitarse, cada persona (estudiante) reconstruye su propia experiencia interna, por lo que el aprendizaje no puede medirse, por ser único en cada uno de los sujetos destinatarios del aprendizaje.

A veces se debe examinar de cerca el vínculo entre la psicología y el reconocimiento de nuevas regularidades de hechos u objetos, la invención de nuevos conceptos o la extensión de los viejos, el reconocimiento de nuevas relaciones entre conceptos y en los saltos más creativos, la reestructuración importante de estructuras conceptuales para ver nuevas relaciones de orden superior. Estos procesos pueden ser concebidos como parte del aprendizaje asimilativo, que supone la adición de nuevos conceptos, la diferenciación progresiva de los existentes, el aprendizaje supra ordenado y nuevas e importantes reconciliaciones integradoras entre estructuras conceptuales.

Los entrenadores deben tener en cuenta la psicología para poder tratar con los entrenados, puesto que ellos dependen de la manera en que el entrenador se presente ante ellos para así poder hacer que los deportistas brinden todo de sí y obtengan su aprendizaje de buena manera.

Los seres humanos con el paso de los días, meses y años van construyendo su conocimiento el mismo que es obtenido de un continuo

aprendizaje relacionado con la educación recibida, las experiencias vividas, en base a la realidad.

2.1.2. Fundamentación Filosófica

Teoría Humanista

Ferreiro, G (2003)

No obstante, como paradigma de la psicología, el humanismo nace ha mediado del siglo xx. Surge como “fuerza alternativa” y respuesta ante las orientaciones teóricas y prácticas predominantes (el conductismo, el psicoanálisis, las filosofías existencialista) y como respuesta también al impacto social de las dos guerras mundiales, así como de otras guerras regionales, como las de Corea y Vietnam. (p. 19)

El aprendizaje auténtico es el que provoca cambios en la conducta, en las actitudes y en la personalidad del sujeto a partir de un contacto real con los problemas que conciernen a la existencia del sujeto de manera que sea él quien decida resolver y aprender.

Se postula que toda ciencia o conocimiento debe preocuparse por estudiar al hombre tal como es con todos sus rasgos y con los pies en la tierra. Que no se deben buscar explicaciones del hombre y de la vida, fuera de su ámbito, en el más allá o detrás de las estrellas.

El humanismo, es un acto de formación y reencuentro del hombre con su esencia; consiste en reflexionar y velar porque el hombre se eduque humano y no un inhumano o un bárbaro, es decir, fuera de sus valores y esencia. Sin embargo el humanismo va más allá de lo que cultural e históricamente se ha planteado. Significa un profundo conocimiento del ser humano, educado en valores, con características intelectuales que se pueden cultivar y acrecentar, con sentimientos, emociones, programas

educativos acordes a una necesidad social y humana y necesidades físicas de espiritualidad y de sociabilidad.

Los entrenadores deberán tener en cuenta que cuando se practica los entrenamientos deben ser claros, para que el deportista vayan obteniendo buenos hábitos, con autoestima positiva, y una personalidad que permita que tome decisiones adecuadas.

2.1.3. Fundamentación Sociológica.

Teoría socio-crítica.

Bernal C, (2006) manifestó: “La teoría crítica de la Escuela de Francfort, consideraba que el positivismo se reduciría a una aceptación crítica de los hechos, de lo existente, y no se percataba que los hechos no son datos inamovibles sino problemas, según Reale y Antiseri”. (p. 37)

Bernal C (2006)

Adorno criticó con dureza la sociología de carácter positivista (experimentalista), que no logra descubrir la peculiaridad típica de los hechos humanos y sociales, en comparación con los naturales. Este ataque frontal se dirige contra lo que Adorno considera imágenes desviadas de la realidad, imágenes que sólo desempeñan la función de servir al poder, en lugar de actuar como portavoz de una realidad marginante como la sociedad contemporánea. (p.37).

Para esta corriente, la educación no es más que un aparato ideológico del estado capitalista, donde se prepara la mano de obra que necesita el sistema, al tiempo que internaliza la ideología dominante”.

Para Gómez, P (2011): “un nuevo avance en el estudio y comprensión del deporte aparece cuando se deja de considerar al sujeto como un ser

pasivo para dar pasó a una visión del mismo como un activo pensante que interacciona con el medio”. (p. 34)

Tomando en cuenta que el interés educativo de la sociedad está orientado esencialmente a potenciar las capacidades de los seres humanos, dentro del fundamento sociológica se contemplan básicamente la relación entre educación y sociedad si se considera que el niño es un ser cultural histórico, social, se acepta que ese es el tipo de hombre que espera nuestra sociedad.

La teoría socio crítica se centra en revelar inconsistencias y contradicciones de la comunidad para la transformación por medio de una acción comunicativa y la formación redes humanas para realizar procesos de reflexión crítica y creando espacios para el debate, la negociación y el consenso.

El estudio de las diferentes perspectivas en los modelos de organización es el mayor interés para profundizar en el conocimiento de la evolución de la enseñanza y de la escuela. La teoría "socio-crítica" se encuadra entre los modelos "políticos". En estos modelos subyace el paradigma del conflicto, el cual se entiende como un proceso derivado del poder y de la interacción que se produce en el seno de las organizaciones.

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.

Esta teoría revela inconsistencias y contradicciones de la comunidad para la transformación por medio de una acción comunicativa y la

formación redes humanas para realizar procesos de reflexión crítica y creando espacios para el debate, la negociación y el consenso.

El entrenador al instruir a sus deportistas debe buscar que ellos se mentalicen que por medio del deporte se puede llegar a servir a la sociedad, y que mediante el deporte pueden exponer sus valores de manera positiva.

2.1.4. Fundamentación Psicológica

Teoría Cognitiva.

Moreno, M (2003)

El cognitivismo es una rama de la psicología, la denominada “Psicología Cognitiva”, que se ocupa básicamente de la temática del aprendizaje. Esta teoría constituye un moderno punto de análisis en la investigación en psicología, que tuvo su auge sobre todo en Estados Unidos de Norteamérica a partir de los 60 años y que se enfrentó directamente con el paradigma psicológico que se impuso a partir de las primeras décadas de nuestro siglo: el conductismo: el cognitivismo es el núcleo doctrinal de las denominadas ciencias cognitivas y en especial, que interpreta que el conocimiento humano es fundamental recepción de información. (p. 268)

Está centrada en el estudio de los procesos internos que conducen al aprendizaje, se interesa por los fenómenos y procesos internos que ocurren en el individuo cuando aprende, como ingresa la información al aprender, como se transforma en el individuo, considera al aprendizaje como un proceso en el cual cambian las estructuras cognoscitivas, debido a su interacción con los factores del medio ambiente.

Esta teoría expresa el nivel de interrelación del entrenador, el deportista y el medio ambiente, buscando que entre los dos primeros tengan una buena comunicación para que así salgan ganando los dos.

El interés de la psicología cognitiva es doble. El primer interés es estudiar cómo las personas entienden el mundo en el que viven y también se abordan las cuestiones de cómo los seres humanos toman la información sensorial entrante y la transforman, sintetizan, elaboran, almacenan, recuperan y finalmente hacen uso de ella.

El resultado de todo este procesamiento activo de la información es el conocimiento funcional en el sentido de que la segunda vez que la persona se encuentra con un acontecimiento del entorno igual o similar está más segura de lo que puede ocurrir comparado con la primera vez.

2.1.5. Fundamentación Pedagógica.

Teoría Naturalista.

La teoría Naturalista considera a la naturaleza como el principio único de todo aquello que es real. Es un sistema filosófico y de creencias que sostiene que no hay nada más que naturaleza, fuerzas y causas del tipo de las estudiadas por las ciencias naturales; estas existen para poder comprender nuestro entorno físico.

El naturalismo mantiene que todos los conceptos relacionados con la consciencia y la mente hacen referencia a entidades que pueden ser reducidas a relaciones de interdependencia (Superveniencia) con fuerzas y causas naturales.

Fermoso, P (2007) manifiesta: “el saber técnico sobre educación, en cuanto conocimiento, goza de las mismas características que todo saber técnico; éstas son: aplicación del saber científico, forma práctica y concreta de conocer, realización beneficiosa de lo científico e intencionalidad funcional”. (p.3)

Para Feroso, P (2007): "Los saberes cultos o no populares son: el técnico, el científico, el filosófico y el teológico. Suele establecerse sinonimia entre las expresiones "clases de saber" y "formalidad cognitiva". La "formalidad cognitiva" significa el objeto formal, es decir, el aspecto bajo el cual se estudia una realidad". (p. 3)

Feroso, P (2007)

En ciencias de la educación la realidad estudiada es el proceso educativo; las formalidades o aspectos son cuatro: técnico, científico, filosófico y teológico. El saber técnico es el propio de los libros sobre el arte de educar, sobre la manera de realizar la educación, sobre la metodología en la enseñanza y sobre la forma de organizar un centro escolar. (p.3)

Sería saber científico, cuando se sistematizan los conocimientos sobre educación, cuando se usan métodos inductivos de investigación, cuando explicamos o comprendemos este fenómeno. Sería saber filosófico, cuando el conocimiento goza de la "ultimidad", cuando no nos contentamos con modelos empíricos y experimentales, y, cuando, en una palabra, nuestro saber sobre educación reúna las características que los filósofos exigen a su actividad cognoscitiva. Y, por fin, sería un saber teológico, cuando el conocimiento sobre la educación busque explicaciones bíblicas, dogmáticas, religiosas.

Esta teoría presenta una posición filosófica que sostiene que todo lo que existe es natural - en otras palabras, es parte del espacio los procesos temporales de la naturaleza, o que si cualquier tipo de objeto no naturales pueden existir, se conoce sólo a través de sus efectos en la naturaleza.

Todo lo que se puede experimentar es en el espacio el orden temporal de la naturaleza. Como un sistema de procesos naturales, la naturaleza posee un grado de orden que lo hace inteligible, pero no puede ser explicado como un todo. Tampoco puede en su conjunto un valor

moral expresa. Los valores morales, sin embargo, pueden surgir en la relación entre los seres humanos como una parte de la naturaleza y el resto de la naturaleza.

Un entrenador debe buscar la formación de sus deportistas de manera natural, es decir sin influir en las cosas que ellos son o les gusta, puesto que si afecta de manera negativa al deportista este se verá forzado y tal vez no brinde todo de sí, es recomendable que todo sea sencillo y natural.

2.1.6. Fundamentación Educativa

Entrenamiento Deportivo

Hohmann, A (2005)

El entrenamiento es un medio efectivo contra las enfermedades del aparato locomotor, pero sirve también para la recuperación. El objetivo no es solo el deportista de alto rendimiento, sino el estado del fitness motor, el modo de dirigir el entrenamiento en el deporte de masas y en el escolar. (p. 16)

El entrenamiento deportivo es un proceso planificado y complejo que organiza cargas de trabajo progresivamente crecientes destinadas a estimular los procesos fisiológicos de supercompensación del organismo, favoreciendo el desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades físicas, con el objetivo de promover y consolidar el rendimiento deportivo.

Proceso planificado y complejo.- El entrenamiento debe planificarse desde el principio hasta el final para conseguir alcanzar los objetivos en cada fase (microciclos, mesociclos y macrociclos) y para cada capacidad física. Es un proceso complejo pues los efectos del entrenamiento no son ni inmediatos (pueden pasar semanas hasta verlos) ni duraderos (el efecto residual de cada capacidad es limitado).

Organiza cargas de entrenamiento.- La carga es un estímulo que desequilibra al organismo y provoca efectos de adaptación. Las cargas vienen definidas por el tipo de ejercicio físico y otros parámetros como: volumen, intensidad, densidad y especificidad.

Cargas progresivamente crecientes.- La planificación del entrenamiento permite emplear cada vez cargas más altas. Cuando el organismo se recupera, se adapta y aumenta su nivel morfo – funcional, pudiendo ser mayor la siguiente carga.

Estimulan supercompensación.- Procesos fisiológicos que como consecuencia de la aplicación de una carga que desequilibra el organismo y tras un tiempo de recuperación, provocan un aumento del nivel inicial del mismo. El cuerpo tras descansar aumenta su nivel.

Desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades.- La supercompensación tiene como por objeto aumentar el nivel de las capacidades (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, potencia y agilidad) y cualidades físicas (coordinación y equilibrio) del deportista.

Objetivo aumentar el rendimiento deportivo.- La mejora de las capacidades y cualidades físicas pretenden mejorar el rendimiento deportivo.

Hohmann A. (2005). Afirman que el entrenamiento: “Es global e integrador. Integra perspectivas que van desde los procesos biológicos hasta las intervenciones en contextos socioculturales”. (p. 17)

Dietrich M., Carl K., Lehnertz K (2007)

La ciencia del entrenamiento en general trata como puntos más importantes los tres ámbitos de estudios siguientes: (1) el rendimiento deportivo y sus

condiciones, (2) el entrenamiento deportivo con estructuras, etapas, objetivos, contenidos y métodos, así como procedimientos para la valoración de la eficacia deportiva; (3) la competición deportiva con sus condiciones marco. (p. 23)

La física, la biomecánica, la fisiología y la bioquímica, incorporadas actualmente en beneficio tanto de la formación física básica como también del alto rendimiento, implican un esfuerzo científico-intelectual de envergadura cada vez mayor.

Por ello, cabe destacar que los conocimientos necesarios y fundamentales que el entrenador y el profesor de educación física deben poseer en relación con las ciencias exactas y/o biológicas, pues lo capacitará para encauzar el entrenamiento o los planes de educación física con acrecentada certeza y precisión.

**Cejuela R., Chinchilla J., Cortell J., Pérez J, (2010).
El entrenamiento ha pasado de ser un compendio de componentes cuantitativos a ser un planteamiento de desarrollo integral del ser humano, basado en el respeto a la naturaleza misma del individuo. La excesiva (calificación del entrenamiento deja muchas veces de lado la perspectiva humanista del deporte, y este hecho aleja al entrenador y al atleta de la verdadera esencia deportiva. Por todo ello, la metodología del entrenamiento debería primar la calidad ante la cantidad y al ser individual, ante el grupo. (p.14)**

El entrenamiento deportivo persigue desarrollar el rendimiento para lograr una óptima puesta en práctica de las acciones tácticas, a través de los resultados técnicos durante las competiciones, por tanto, entrenar significa mejorar constantemente el rendimiento del equipo en el juego, lo cual solo puede conseguirse cuando se concibe desde un punto de vista integrador, que establezca una unidad lógica entre el proceso del entrenamiento y la propia competición.

2.1.6.1. Objetivos del Entrenamiento Deportivo

Para un deportista que se inicia en el entrenamiento deportivo es porque quiere y desea alcanzar algún objetivo. La principal función del entrenamiento físico y psicológico es ayudar al deportista a conseguir sus objetivos, que la gran mayoría de las veces harán referencia de forma explícita a resultados.

Dietrich M., Carl K., Lehnertz K, (2001) mencionan que: “Los objetivos principales del entrenamiento son básicamente: Influir de modo sistemático sobre los estados de rendimiento deportivo visibles en el individuo, y exhibir rendimientos deportivos y/o conseguir los mayores éxitos individuales”. (p. 23)

Sin embargo como objetivos específicos del entrenamiento psicológico se pueden citar los siguientes:

Meta Principal

Hohmann A. (2005) menciona que para (Bompa, 1983, págs. 3-4): “el objetivo principal es mejorar las capacidades físicas general y específica del deporte practicado por el atleta para obtener un mayor rendimiento deportivo.”

Un entrenador debe estar consciente que entre sus objetivos también puede tener los siguientes:

- Desarrollar un alto nivel de las aptitudes físicas.
- Perfeccionar la técnica del deporte practicado.
- Mejorar/perfeccionar las estrategias deportivas.
- Asegurar una preparación óptima para el deportista o equipo.
- Fortalecer el estado de salud de cada atleta.

- Prevención de lesiones.
- Enriquecer el conocimiento teórico del atleta.

2.1.6.2. Planificación del Entrenamiento Deportivo

Campos J., Cervera V, (2003)

Lo avances que se han producido en la planificación del entrenamiento han convertido esta sector estratégico del deporte en uno de los elementos esenciales de desarrollo que en mayor medida han colaborado a la mejora de los resultados de los deportistas. Desde el punto de vista semántico el término “planificar” significa someter a un plan estudiado cierta actividad o proceso. En el campo del deporte, someter el entrenamiento a un plan estudiado significa tener en consideración algunos aspectos determinantes que concurren en él. Estos son: El nivel del deportista, los objetivos deportivos, las competiciones, los controles o actividades previstas, una organización metodológica de las cargas, un modelo para ordenar el entrenamiento en periodos y ciclos de acuerdo con las características peculiares del calendario deportivo de competiciones. (p. 35)

En toda planificación es preciso partir de un estudio previo del grupo que nos permita delimitar unos objetivos a corto, medio y largo plazo; debiendo establecer unos contenidos secuenciados que favorezcan unos aprendizajes concretos a nivel: físico, técnico, táctico y psicológico; siendo preciso prever la utilización de unos recursos materiales (material deportivo) y humanos (personal técnico cualificado).

Dentro de una planificación, se debe tener en cuenta: la descripción, la previsión, la organización y el diseño de todos y cada uno de los acontecimientos del entrenamiento, como uno de los mecanismos de control que permita modificar esos acontecimientos para que dicho deportista pueda lograr los resultados deseados en la competición deportiva.

La puesta en marcha el proceso de planificación, exige: partir de una evaluación previa de las capacidades del sujeto; establecer objetivos con una secuenciación temporal; diseñar un programa racional de actividades; determinar medios de control; ejecutar el plan de acción previamente diseñado y evaluar el resultado final del proceso. Concretamente es necesario conocer algunos aspectos relacionados con el trabajo por el que pasó el equipo en años precedentes.

2.1.7. Rendimiento Deportivo

Dietrich M., Carl K., Lehnertz K, (2007), mencionan que para Martin, Carl y Lehnertz, 1991 (p. 23): “el rendimiento deportivo es el resultado y la ejecución de una acción deportiva que se valora según normas o reglas fijadas.” (p.65)

El rendimiento deportivo es un concepto que hace mención a la relación entre los medios que se emplean para conseguir algo y el resultado que finalmente se obtiene. El provecho o el beneficio que ofrece alguien o algo también recibe el nombre de rendimiento. Se puede decir que es aquello asociado al deporte (un juego, un pasatiempo o una competencia que implica una cierta actividad física y que se desarrolla de acuerdo a determinadas reglas).

La idea de rendimiento deportivo, por lo tanto, está vinculada a los logros que consiguen o que pueden conseguir los deportistas. Para incrementar el rendimiento deportivo, los atletas deben estar en condiciones de explotar sus recursos al máximo.

2.1.8 Estrategias metodológicas

Beade, F (2010)

Nuestro foco de atención debe centrarse en el sujeto que aprende", conociendo por una parte los mecanismos universales del aprendizaje de las personas y, lo que aún es más importante, los mecanismos individuales de asimilación de cada sujeto. Hablamos de una mayor personalización e individualización del entrenamiento, referidas no sólo al número de kilómetros, magnitud de resistencia en la sentadilla, umbral aerobio/ anaeróbico, sino también al puesto específico: los estímulos significativos, las opciones de decisión, los roles y subroles que en esa demarcación sean generalizables, las acciones técnico/ tácticas más frecuentes, etc. (p. 19)

En cualquier caso tiene mayor trascendencia cómo el jugador es capaz de asimilar y adaptarse a los estímulos, y en qué grado auto configura lo aprendido. Adquiere vital importancia en este punto la retroalimentación o biofeedback, el conocimiento de la ejecución y del resultado por parte del jugador.

Esta información, en sus formas variadas, se presenta de forma endógena (propiocepción, cinestesia,..) y de forma exógena (entrenador-refuerzo verbal, soportes audiovisuales,...), y en referencia al tiempo puede ser durante la ejecución, justo al final de la ejecución y/ o después de la ejecución.

El futuro del entrenamiento táctico irá encaminado hacia la estructuración y definición de las retroinformaciones específicas. No todos aprendemos igual y eso debemos tenerlo en cuenta en nuestra estructuración del entrenamiento.

2.1.9. Métodos de Entrenamiento

Para Dietrich M., Carl K., Lehnertz K, (2007): “los métodos de entrenamiento son procedimientos planificados de transmisión y configuración de contenidos, dentro de unas formas de entrenamiento dirigidas a un objetivo”. (p. 41)

Fle O, Tena M. Solana J. (2009) mencionan que: “los métodos: son el conjunto de operaciones ordenadas, con las que se pretende obtener un resultado”. (p.81)

Haba, L. (2012) dmenciona: “La metodología del entrenamiento deportivo engloba y acoge todos los aspectos que configuran la organización del entrenamiento deportivo: selección y ordenación de métodos y contenidos.”(p.2)

Uno de los problemas que no ha solucionado por el momento la teoría del entrenamiento es determinar cuáles métodos son los más eficaces para alcanzar los mejores resultados deportivos. Esto se debe a que no todos los deportistas responden de igual modo a los mismos métodos. De hecho, un mismo deportista puede responder de una manera totalmente distinta ante un método de entrenamiento aplicado en dos momentos diferentes.

Los métodos de entrenamiento han sido definidos como procedimientos planificados de transmisión y configuración de contenidos, dentro de unas formas dirigidas a un objetivo.

El entrenamiento deportivo posee las siguientes características:

- Es un proceso planificado científico y pedagógico
- Se aplica un conjunto de ejercicios corporales
- Se desarrollan las aptitudes físicas, mentales y sociales del atleta/equipo.

- Existe una preparación técnica-táctica/estratégica.
- Se estudia la reglamentación e historia del deporte practicado.

Consecuentemente, el entrenamiento deportivo consiste de los siguientes tipos de preparaciones:

- Entrenamiento físico.
- Entrenamiento técnico
- Entrenamiento táctico/estratégico
- Entrenamiento psicológico/mental
- Reglamento del deporte
- Historia del deporte practicado.

El ritmo de aprendizaje de cada deportista es diferente al de los otros. En la llamada enseñanza individualizada cumplimos perfectamente con este criterio. Intenta atender a cada individuo de los que compone el grupo de trabajo, el grupo de clase o el equipo deportivo. A medida que el grupo es mayor, es más difícil atender con garantías este principio.

2.1.9.1. Métodos de Entrenamiento de las Capacidades Físicas

2.1.9.1.1 Método Continuo

Weineck, J (2005)

El método continuo permite conseguir efectos diferentes dependiendo del volumen y de la intensidad de las cargas de resistencia. Los deportistas que entrenan con volúmenes altos e intensidades relativamente bajas, esto es, de forma extensiva, consiguen adaptaciones muy marcadas en el ámbito del metabolismo de los lípidos, aunque menos en el de los hidratos de carbono. Debido al predominio de la combustión de ácidos grasos y a la consiguiente protección de las reservas de glucógeno en las fibras. (p. 154)

Se caracteriza por la aplicación de una carga interrumpida, es decir sin pausa o periodos de descanso durante el trabajo. La duración del trabajo suele ser prolongada y el efecto de entrenamiento se basa primordialmente en ello, durante lo cual se generan constantemente adaptaciones fisiológicas.

Se consiguen ejecuciones más económicas de movimiento y mejoras funcionales en los sistemas orgánicos.

2.1.9.1.2. Método Continuo Extensivo

Para López J., Fernández A (2008): “Se caracteriza por una duración larga de la carga, con intensidades bajas”. (p. 482)

Características:

- Intensidad: baja o media, representa trabajo a nivel regenerativo o subaeróbico (50 - 70% Vo₂ máx.)
- Volumen: alto (30' a 2 horas)

Efectos:

- Oxidación de ácidos grasos.
- Economía de trabajo cardiaco.
- Incremento de la circulación periférica.
- Hipertrofia cardiaca.
- Mejora en la utilización de glucógeno (efecto de ahorro de glucógeno).
- Mejora el ritmo de recuperación.
- Mejora de la eficiencia aeróbica.

2.1.9.1.3. Método Continuo Intensivo

Weineck, J (2005) menciona que: “Este método de trabajo tiene características de mayor intensidad que el método continuo extensivo, por lo tanto su duración es proporcionalmente menor, de 30 min a 1 hora. La intensidad de la carga corresponde al umbral aeróbico”. (p.156)

Objetivos

- Entrenar el metabolismo glucogénico
- Multiplicar el depósito de glucógeno.
- Desplazar el umbral anaeróbico

Características:

- Intensidad: media alta, representa trabajo a nivel subaeróbico y supraaeróbico (70 - 80% Vo₂ max.)
- Volumen: medio a medio alto (30'a 90').

Efectos:

- Mejora el metabolismo del glucógeno.
- Mayor velocidad en condiciones de umbral anaeróbico.
- Aumento de Vo₂ máx, debido al incremento de capilares y mejora del rendimiento cardiaco.
- Hipertrofia cardiaca
- Mejora de la producción y remoción del lactato.
- Mayor mantenimiento de la intensidad elevada en esfuerzos prolongados.

2.1.9.1.4. Método Continuo Variable

Barbado C., y Carretero D. (2007) manifiestan que: “Consiste en alternar tramos de carreras rápidas con otros de carreras lentas de diferentes longitudes y ritmos, sin interrupción (en lo posible por terrenos

naturales) durante 30 / 60 minutos. Se recomienda utilizar este método solo una vez por semana". (p. 93)

Las variaciones de intensidad pueden ser determinadas por factores externos (variaciones del terreno), internos (voluntad del deportista) o planificados (programación del entrenamiento).

2.1.9.1.5. Método Fartlek

Barbado C., y Carretero D. (2007)

Este método responde a las características generales de los métodos continuos variables, en el sentido que es de realización continua y tiene variaciones de intensidad durante su realización. Pero la principal característica de éste es que los cambios de intensidad los determina el individuo por decisión propia en función de un objetivo a cumplir. O bien, los cambios de intensidad se encuentran afectados por los accidentes del terreno (pendientes ascendentes o descendentes, terreno llano, etc.), lo cual puede influir en la decisión del deportista en cuanto al ritmo de desplazamiento a seguir en determinado tramo. (p. 95)

Es una prueba de exigencia, donde la distancia y el tiempo sugeridos buscan poner al máximo la capacidad física, respiratoria y cardiovascular de la persona, hasta llevarla a un punto cercano al agotamiento. No es un programa de entrenamiento. Las personas que se inician deben someterse a un programa de acondicionamiento adaptado a su edad y a su condición física.

Dado que es una prueba en la cual el organismo está siendo probado, es necesario esforzarse al máximo. Aquella persona que tenga sospechas de padecer alguna enfermedad o problema físico, debe consultar un médico para que le autorice la prueba. Si se es menor de 18 años, al no estar el organismo completamente formado habría que tomar un parámetro distinto que no está establecido.

2.1.9.2. El Método como Estilo de enseñanza

2.1.9.2.1. Mando directo

Varela. A., Mata. A. y Freire. R. (2008)

Se caracteriza en que el papel del alumno/a es responder a los estímulos que le da el profesor, que es quien organiza toda la actividad: objetivos, contenidos, materiales. Además decide el comienzo el final y el ritmo de trabajo en las actividades pero dejando un hueco para la libertad y autonomía del grupo. Sus características son: docente determina la organización de la clase, el esquema de trabajo es: demostración explicación, ejecución y evaluación. (p. 25)

En su origen y aplicación más estricta, el mando directo tiene una raíz militar. Este estilo tradicional ha sido el más utilizado en E.F. y, según diversos autores como Contreras (1994) todavía sigue siéndolo.

Objetivo:

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor
- Enseñanza masiva

Papel del profesor:

- El profesor tiene prevista toda la actuación docente siguiendo un esquema lineal
- Control y disciplina severa
- Se procede a explicar y demostrar el gesto o ejercicio a realizar por el grupo de alumnos
- Se actúa sobre toda la clase

Papel del alumno:

- Sometimiento a las directrices del maestro

- Los alumnos obedecen
- No tienen decisión ni autonomía

Planificación y desarrollo de la clase:

- La organización y control es muy importante, manteniendo formaciones geométricas y de manera estricta
- La posición y evolución del grupo es formal en formas geométricas
- Posición del profesor destacada y externa al grupo, con control constante
- Procedimiento de clase: explicación verbal y demostración visual por parte del profesor, ensayo ocasional, repetición siguiendo el ritmo impuesto (conteo rítmico), sistema de señales que regulan la acción (principio y fin) y correcciones de tipo masivo y general

En la Modificación del Mando Directo encontramos las siguientes variaciones:

- La organización es más flexible (semiformal)
- Existe mayor flexibilidad en la evolución y posición del grupo y del profesor.
- Se modifica el sistema de señales, indicando solo el principio y el final. No existe conteo rítmico.
- Ligera emancipación del alumno y mejora de las relaciones afectivas profesor-alumno
- Contenidos: el calentamiento cuando lo dirige el profesor, Danzas como el aeróbic, deportes como la gimnasia rítmica, deportes o actividades que supongan un riesgo (lanzamiento de disco, rapel, escalada, etc.)

2.1.9.2.2. Asignación de tareas

Ruíz. A., Perello. I. y Ruíz. F. (2008)

Como norma general la organización de las tareas en la Asignación de Tareas es en circuito de tareas con un ritmo individual en forma de circuito o recorrido general. De esta forma el docente puede conversar y escuchar. La asignación de tareas disminuye el tiempo de aprendizaje de las habilidades, y permite mejorar el tiempo útil de práctica y atender a grandes grupos de alumnos/as. (p. 192)

La diferencia fundamental con el mando directo y su modificación, es que el alumno asume parte de las decisiones interactivas referentes a la posición y organización de los mismos y al ritmo de ejecución. Supone un paso más hacia la autonomía e individualización del alumno. Aunque las tareas son las mismas por lo que no existe individualización por niveles o intereses.

Objetivo:

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor
- Papel del profesor:
- Ya no es tan destacado, pues traslada a los alumnos algunas decisiones (ritmo, cadencia de ejecución, ubicación en el terreno)
- Papel del alumno:
- Más activo comienzan a tener cierta responsabilidad

Planificación y desarrollo de la clase:

- Está centrada en la organización de la tarea.
- Se parte de una organización muy bien cuidada y de una información inicial, de carácter general, clarificadora.
- Las tareas son planteadas por el docente en forma de circuito o recorrido general, pero las tareas son las mismas, mismo trabajo para todos.

- La organización será masiva o en subgrupos
- Durante la ejecución el profesor administra feedback, estimulando e interactuando con los alumnos.
- Evaluación:
- Tiene como único responsable al profesor. Centrada en el producto.
- Contenidos:
- Deportes. Enseñanza de la técnica tanto en individuales , de adversario y colectivos
- Preparación física a través de ejercicios físicos
- Actividades físicas en la naturaleza, como piragüismo, vela, acampada, senderismo.

2.1.9.2.3. Enseñanza Recíproca

Ruíz. A., Perello. I. y Ruíz. F. (2008)

La peculiaridad de este estilo se localiza en el proceso evaluador. El profesor traspasa la decisión del feedback al alumno, este último deberá aprender a usar el feedback, de manera que le sea útil a su compañero. La esencia de este estilo consiste en que los alumnos se organizan por parejas o tríos para realizar la tarea encomendada por el profesor, y son ellos mismos los que corrigen sus defectos. (p. 195)

La realidad de la educación física actual nos permite aplicar distintos estilos de enseñanza en nuestras clases. En esta ocasión lo que se pretende es mostrar la puesta en práctica del estilo de enseñanza "enseñanza recíproca", el cual está encuadrado dentro de los estilos de enseñanza participativos.

Objetivo:

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor y observado por un alumno que toma nota y evalúa.

Papel del profesor:

- Ya no es tan destacado, pues traslada a los alumnos algunas decisiones (ritmo, cadencia de ejecución de los ejercicios, ubicación en el terreno, evaluación)

Papel del alumno:

- Más Activo. Comienzan a tener cierta responsabilidad como decidir, evaluar, proporcionar Feedback

Planificación y desarrollo de la clase:

- La planificación corresponde por entera al docente (decisiones preactivas). Quien elabora la hoja de enseñanza recíproca y establece las secuencias de tareas con sus correspondientes aspectos a evaluar.
- Se deben elegir pocos puntos a observar, sólo los más significativos.
- Existen criterios de ejecución (correcto-incorrecto)
- La observación debe ser guiada por una hoja de tareas
- Se parte de una organización muy bien cuidada (parejas) y de una información inicial, de carácter general, pero muy clarificadora del proceso. Los alumnos se observan entre sí la realización de los ejercicios (uno ejecutante y otro observador y a la inversa).
- Puede atender a las diferencias individuales de los alumnos (realizar el ejercicio según su ritmo o nivel) sin que esto suponga individualiza, pues sigue siendo el mismo trabajo para todos.

2.1.9.2.4. Descubrimiento Guiado

Ruíz. A., Perello. I. y Ruíz. F. (2008)

Una persona cuando realiza diversos movimientos, tiene diversas formas para obtener información sobre su ejecución. El alumno puede obtener información a través del profesor o de un compañero, estaríamos hablando entonces del feedback externo, o puede obtener la información por sí mismo, y estaríamos hablando del feedback interno. (p. 200)

Objetivo:

- Descubrimiento de la respuesta al problema motor planteado por el docente
- Establecer una disonancia cognitiva en el alumno a través de un reto donde tenga que trabajar utilizando la psiquis y su motricidad.

Papel del profesor:

- El profesor orienta el aprendizaje de los alumnos pero permitiendo que sean ellos los que investiguen, tomen decisiones y descubran

Papel del alumno:

- Buscar la respuesta al problema motor planteado

Planificación y desarrollo de la clase:

- Proceso investigativo, no completo, guiado y centrado en el proceso.
- Líneas didácticas de actuación:
 - ❖ No indicar la respuesta
 - ❖ Esperar siempre la respuesta del alumno (primero verbal, luego motriz)
 - ❖ Reforzar las respuestas correctas
 - ❖ Ofrece sugerencias adicionales a las incorrectas
 - ❖ No enseña mediante el modelo, aunque lo busque en ocasiones

- ❖ Permite mayor participación e implicación cognitiva del alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- ❖ La individualización depende del tipo de tareas a resolver (respuestas masivas o grupales, o individuales)

2.1.9.2.5. La resolución de problemas

Omeñaca. R., Puyelo. E. y Ruíz. J. (2001)

Es un método inductivo de aprendizaje basado en la búsqueda y el descubrimiento, por parte de los alumnos, de respuestas que den solución a las cuestiones planteadas en torno a un problema, normalmente en nuestra área curricular, de carácter motriz. Este método se encuentra su fundamentación en la teoría de la disonancia cognitiva de Festinger (1957): el alumno, ante la insatisfacción mental (estado de disonancia cognitiva) que produce una situación, inicia un proceso de posibles soluciones. (p. 41)

Es el estilo más representativo de la técnica de Indagación o búsqueda. El alumno es el verdadero protagonista del proceso de E-A. Es el nivel más avanzado dentro de los estilos cognoscitivos, el alumno debe encontrar la respuesta por sí solo, a través de la búsqueda.

Objetivo:

- Búsqueda cognitiva o motriz de posibles soluciones a los problemas-tarea que plantea el docente
- Repetición de las soluciones para verificar la validez

Papel del profesor:

- Elabora y ofrece toda la información inicial del proceso al alumno

Papel del alumno:

- Cada alumno busca las posibles soluciones a la tarea
- Activo, protagonista del proceso E-A.

Planificación y desarrollo de la clase:

- Lo esencial es que el alumno debe buscar y encontrar por sí mismo las respuestas con total libertad.
- El profesor refuerza todas las respuestas, no critica negativamente
- No se busca un modelo único, todas las respuestas son válidas
- Mayor individualización y respuestas cognitivas.
- Aprendizajes más lentos pero afianzados, y con alto grado de motivación
- Desarrollo de la clase:
 - ❖ Presentación del problema o actividad a desarrollar
 - ❖ Actuación individual del alumno según su ritmo y capacidad
 - ❖ Se animarán y reforzarán las respuestas motrices del alumno con conocimiento de resultados afectivos

2.1.10. Métodos para el Entrenamiento del Fútbol

2.1.10.1. Método de repeticiones

Riverola, Ramón. (2011)

Desde hace un tiempo a esta parte la metodología del aprendizaje ha evolucionado de tal manera que a día de hoy no está muy bien visto el método de la repetición como un instrumento atractivo para la enseñanza de ciertas habilidades. Si bien es cierto que repetir una acción puede llegar a ser monótono, aburrido e incluso fastidioso para el jugador no es menos cierto que en el campo deportivo llegamos a conseguir objetivos a merced de repetir una acción tras otra hasta llegar a ver la mejora. (p.1)

El método de repetición se trata como en el método de intervalo de una repetida sucesión de cambios entre las fases de esfuerzo y las fases de recuperación activa durante una sesión de entrenamiento. Sin embargo, se caracteriza por el periodo de recuperación que resulta en una recuperación casi completa.

En el ámbito del entrenamiento de la resistencia se aplica el método de repetición con el fin de desarrollar la resistencia específica de competición.

2.1.10.2. Método de Competencia

Issurin V. (2014) 16. Pacheco Rui (2007)

El método de competiciones utiliza métodos tradicionales en los que el factor principal de carga es el propio juego competitivo en el cual se podrá variar mucho las reglas de ciertas competiciones los mini juegos y los ejercicios en los que se utilizan actividades de juego son muy conocidos en casi todos los deportes para jóvenes y adultos Evidentemente, el nivel de la carga de estos entrenamientos puede variar enormemente y tiene muchos menos elementos predeterminados. De todos modos, el nivel de la carga se puede regular eficazmente usando condiciones específicas de tareas motrices y el juego mismo. (p.16)

El método competitivo es uno de los más empleados en el entrenamiento deportivo y se basa en la medición de posibilidades con otro(s) sujetos, este método puede utilizarse con ejercicios fuera de las reglas de competencia de la actividad practicada y con la propia actividad competitiva.

Por lo general cuando se utilizan con ejercicios fuera de las reglas de competencia de la actividad practicada, el objetivo es estimular grandemente el interés de los atletas e incrementar la acción del ejercicio físico provocado con manifestaciones máximas en las posibilidades del organismo tanto psicológicas como fisiológicas, estos son utilizados mayormente durante el periodo preparatorio para desarrollar cualidades y capacidades.

Cuando utilizamos la propia actividad competitiva el objetivo predominante es el control de todos los factores que exige la competencia (psicológico, fisiológico, técnico, táctico, etc.) y se realiza fundamentalmente en el periodo competitivo.

2.1.11. Métodos de Enseñanza- Aprendizaje del Fútbol

Pacheco Rui (2007)

En el proceso de la enseñanza- aprendizaje del fútbol se debe intentar utilizar métodos de enseñanza eficaces, es decir, aquellos que permitan asimilar más y mejor los aprendizajes. Los métodos enseñanza- aprendizaje del fútbol han sido desarrollados de acuerdo con la evolución que el fútbol ha tenido a los largo de los tiempos. (p.127)

Constituyen recursos necesarios de la enseñanza; son los vehículos de realización ordenada, metódica y adecuada de la misma. Los métodos y técnicas tienen por objeto hacer más eficiente la dirección del aprendizaje. Gracias a ellos, pueden ser elaborados los conocimientos, adquiridas las habilidades e incorporados con menor esfuerzo los ideales y actitudes que la escuela pretende proporcionar a sus deportistas.

Fle O, Tena M, Solana J. (2009) 6. Bonfanti, M., Pereni, A, (2002).

Existen otras formas de trabajar con nuestros jugadores no tanto de forma individual, si no acercarse lo más posible a ello. Y es el trabajo por grupos de nivel, tanto físico como técnico y táctico. Se puede trabajar solo con los delanteros, o con los defensas, o con los medio campistas tanto técnicamente como tácticamente, trabajando por grupos, teniendo las posibilidad de corregir más de forma individual. También en el apartado físico se puede trabajar por grupos de nivel y por puestos, por el desgaste físico parecido que pueden realizar. (p.81)

Masiva.- Es la forma de trabajar con todo el grupo a la vez. Tiene el inconveniente de que si el grupo es muy numeroso, el control del trabajo es complicado.

Aun así, se puede utilizar en momentos puntuales, como un calentamiento, unos estiramientos al final de la sesión, situaciones en el que el grupo está junto, atento y receptivo.

Por grupos.- Es una forma natural de trabajar, ya que se puede dividir al equipo en grupos más pequeños, que pueden ser más fáciles de controlar. Dentro del trabajo por grupos, hay 3 formas de trabajar.

Grupos Reducidos.- Los grupos están formados por 3-4 jugadores de los cuales 1 es el que realiza el trabajo, otro es el que observa cómo se está realizando y otro es el que toma nota de cómo se está haciendo.

Luego se intercambian los papeles. Las anotaciones las podemos controlar para corregir. Es una forma de trabajar poco acorde para enseñar fútbol, tanto a niveles medios - altos porque no es efectiva, como a niveles bajos, ya que los niños pequeños no saben evaluar el trabajo del compañero.

2.1.11.1. Métodos Deductivos

Bonfanti, M., Pereni, A, (2002).

El método deductivo pone en relieve la figura del entrenador, que se convierte en el protagonista principal de la sesión de entrenamiento; tiene que explicar los diferentes ejercicios, mientras que los atletas llevarán a cabo con total obediencia todo lo que se indique. (p.29)

Nos permiten obtener los conocimientos verdaderos, partiendo de una (premisa general podemos sacar conclusiones a nivel particular.

En su aplicación práctica se debe:

- Facilitar al jugador relacionar el aprendizaje con los conocimientos previos.
- Subdividir los conocimientos de la enseñanza en elementos.
- Saber relacionar los elementos del contenido que se les enseña.

Los métodos deductivos se les relaciona con procesos de: aplicación / comprobación / demostración.

Según Bonfanti, M., Pereni, A, (2002) manifiestan que: “Los métodos deductivos pueden ser: método de la asignación de tareas, método mixto, método prescriptivo”. (p.29)

2.1.11.2 Métodos Inductivos

Bonfanti, M., Pereni, A, (2002).

El método inductivo subraya la importancia de implicar activamente, en la solución de los problemas técnico-tácticos, al propio jugador, que de este modo se convierte en protagonista de las evoluciones del juego; de hecho, el entrenador expone el problema situacional, en forma de interrogación, y deja a sus atletas la tarea de resolverlo. (p.29)

Está basado en observar acontecimientos particulares, con objeto de construir conceptos generales.

Puede seguir dos caminos: guiado (el entrenador es el principal organizador del aprendizaje) y no guiado (el papel de jugador se incrementa a favor de su creatividad, pasando la labor del entrenador a un segundo plano).

Según Bonfanti, M., Pereni, A, (2002) manifiestan que: “Los métodos inductivos también se presentan com: método de la exploración librea, método del descubrimiento guiado, método del problema solving”. (p.29)

2.1.11.3. Método Analítico

Centraliza la atención del jugador sobre aspectos concretos presentando una acción del juego, aislándola del mismo, de forma que sólo tiene en cuenta alguno de los elementos que intervienen en la competición (fundamentalmente el balón). Va de la técnica a la táctica.

Pacheco, R. (2007)

Está basado esencialmente en la técnica individual, es decir, está fundamentalmente dirigido a la ejecución de las diversas destrezas técnicas de una manera estereotipada y aislada a las situaciones reales de juego, por lo que se deduce implícitamente que la mejoría del rendimiento técnico individual, conllevaría consigo una mejoría funcional del rendimiento general del equipo. Esta corriente de enseñanza, ha llevado a muchos entrenadores de fútbol menor a creer que los niños no deberían iniciarse en el juego del fútbol, hasta que no tuvieran un dominio considerable de las destrezas y habilidades específicas del fútbol. (p. 16)

Ventajas:

- Se puede incidir sobra la mejora de objetivos muy concretos.
- La enseñanza puede ser más individualizada.
- Se logra más fácilmente un número elevado de repeticiones

Sans, A. (2000). Manifiesta que los inconvenientes son: “aísla el objetivo del juego real, sólo incide en una de las múltiples posibilidades con las que se puede manifestar una acción, sea técnica, táctica o física, las mejoras obtenidas no se manifiestan en su totalidad ya que en la

competición se ven condicionadas por la presencia de compañeros y adversarios”. (p.22)

Sans, A. (2000). Manifiesta que: “Este método como motivación tiene un nivel muy bajo respecto al método global, pudiéndose paliar parcialmente a través de motivaciones extrínsecas a la actividad. La motivación es el grado de incidencia de los distintos mecanismos que participan en el movimiento”. (p.22)

2.1.11.4. Método Global

Está basado en la enseñanza del juego real (11 contra 11), con situaciones del juego en las que intervienen todos sus elementos (balón, compañeros y adversarios).

Sans, (2006) citado por Rivas, Milon (2008)

El rendimiento del futbolista es completado desde una perspectiva global y los ejercicios del entrenamiento se llevan a cabo mediante el desarrollo simultáneo e integrado de los factores técnicos, tácticos, físicos y psicológicos. Teniendo en cuenta esta visión el concepto de forma técnica adopta una nueva perspectiva global e integradora que se aleja del componente meramente físico del término. (p.10)

Características:

- Introducir progresivamente la noción del oponente.
- Introducir la acción y el gesto en una fase de juego completa.
- Realizar el entrenamiento en situaciones próximas a la competición.
- Controlar la evaluación durante el juego.
- Establecer nuevas normas.
- Va de la táctica a la técnica.

Ventajas:

- Se trabajan simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos e incluso psicológicos.
- Al incluir todos los elementos del juego, la mejora obtenida en el entrenamiento se refleja rápidamente en la competición.

Inconvenientes:

- Es muy difícil hacer una enseñanza individualizada.
- Presenta un nivel inferior de concreción que el método analítico, sobre todo en el aspecto técnico.

2.1.12. Métodos de Entrenamiento de la Técnica del Fútbol

El aprendizaje de la técnica puede realizarse de dos formas básicamente distintas.

- El aprendizaje de elementos técnicos singulares en forma de entrenamiento aislado.
- El aprendizaje de varios elementos técnicos en forma de entrenamiento complejo.

2.1.12.1. Método Lúdico

Bauer, G. (2001.) menciona que: “En el método lúdico se enseña la «capacidad, de juego compleja» de forma íntegra, a través de diversas formas de juego. Automáticamente se entrena también las distintas técnicas”. (p. 62)

El método lúdico no significa solamente jugar por recreación, sino por el contrario, desarrolla actividades muy profundas dignas de su aprehensión por parte del alumno, empero disfrazadas a través del juego.

Los juegos en los primeros años deben ser sensoriales. En etapas más avanzadas deben promover la imaginación y posteriormente juegos competitivos.

Bucher, W. y Bruggmann, B. (2010)

Para comenzar se presentan mejor los juegos sencillos. Se trata de juegos de persecución, correr, de grupos o de persecución. Este método se utiliza para el perfeccionamiento de los hábitos motores en diferentes condiciones; para la educación de las capacidades motrices; para el perfeccionamiento de la agilidad; para la educación de las cualidades de la personalidad. (p.269)

El juego en la mayoría de las ocasiones ha sido considerado puramente como una forma de ocio para los niños y niñas de nuestras sociedades, quedando relegadas a un segundo plano las demás características positivas que posee intrínsecamente la actividad del juego, ya sea en grupo o de forma individual.

Se trata de una forma lúdica de la enseñanza que se conoce en la didáctica del deporte como «método integral». A través de una selección adecuada de juegos, se puede asegurar que en el método lúdico, los jugadores realicen, según las intenciones, determinadas acciones técnicas o tácticas.

Las actividades en una sesión, según este método, están menos centradas en el aprendizaje que en el método de ejercicios. Se parte de la idea que, a través del juego, se induce de alguna manera a realizar las acciones técnico-tácticas y que, por lo tanto, éstas se enseñan y mejoran automáticamente.

2.1.12.2. Método de Ejercicios Simples

Bauer, G. (2001.) sostiene que: “Este método es una forma especial del «método analítico» que se emplea tradicionalmente en los juegos deportivos”. (p. 62)

En este método se practican, de forma aislada y a través de muchas repeticiones, los elementos técnicos y tácticos, que son de mucha importancia para el rendimiento del juego total.

Las actividades de la sesión están centradas prioritariamente en el aprendizaje (proceso de enseñanza deductiva). Los contenidos de este método son simples ejercicios de técnica; simple, significa en este caso que no se elaboran jugadas complicadas. De esta manera, los jugadores apenas disponen de alternativas de ejecución.

Esta práctica aislada de componentes del juego grande (p. ej., golpeo a la altura de la cadera, con media vuelta), se emplea también hoy en día con mucha frecuencia en los entrenamientos de fútbol, sobre todo, si se trata de adquirir o de fijar unas técnicas en muy poco tiempo.

Pero hay que dejar muy claro que un entrenamiento de fútbol que se basa preferentemente en este método, no sería suficiente hoy en día. Sobre todo para el entrenamiento con principiantes no se debería emplear únicamente este método, tal como se hacía antiguamente).

2.1.12.3. Método de Ejercicios Complejos

Bauer, G. (2001.) sostiene que: “En este método reviven y, de esta manera también se practican, situaciones de juego sacadas del juego grande”. (p. 63)

Es una forma de entrenar las acciones técnicas y tácticas enlazándolas con situaciones de juego real y practicándolas varias veces. Este método se encuentra entre el método de ejercicios simples y el método lúdico, en lo que se refiere a sus objetivos y su efecto.

2.1.12.4. Método Mixto

Bauer, G. (2001)

Al comparar los tres métodos se evidencia que realmente no existe ninguno perfecto para las diferentes condiciones de entrenamiento. Generalmente se consiguen los mayores éxitos mezclando distintos métodos en una sola sesión o en una secuencia de varias sesiones. Sería ideal, según el principio del «método integral-parcial-integral», si se practicara, en una misma sesión, la alternancia de «juegos-ejercicios-juegos». De esta manera se pueden aprovechar: las ventajas de todos los métodos, eliminando en gran parte- sus inconvenientes. (p 64)

Así el jugador aprende, primero jugando, la importancia de cada una de las técnicas y se le motiva para el segundo paso metodológico, la práctica aislada.

Si además, aun en la misma sesión, puede probar de nuevo la técnica aprendida en un juego y registrar sus progresos, estará consciente del efecto de los ejercicios, es decir, del sentido de su trabajo.

2.1.13. EL Fútbol

Ardá, T. y Casal, C (2003)

Deporte colectivo que se practica entre dos equipos de once jugadores que tratan de introducir un balón en la portería del contrario impulsándolo con los pies, la cabeza o cualquier parte del cuerpo excepto las manos y los brazos; en cada equipo hay un portero, que puede tocar el balón con las manos, aunque solamente dentro del área; vence el equipo que logra

más goles durante los 90 minutos que dura el encuentro. (p.12)

El fútbol o futbol (del inglés británico football), también conocido como balompié, es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues lo practican unos 270 millones de personas.

El terreno de juego es rectangular de césped natural o artificial, con una portería o arco a cada lado del campo. Se juega mediante una pelota que se debe desplazar a través del campo con cualquier parte del cuerpo que no sean los brazos o las manos, y mayoritariamente con los pies (de ahí su nombre). El objetivo es introducirla dentro del arco contrario, acción que se denomina marcar un gol. El equipo que logre más goles al cabo del partido, de una duración de 90 minutos, es el que resulta ganador del encuentro.

El juego moderno fue creado en Inglaterra tras la formación de la Football Association, cuyas reglas de 1863 son la base del deporte en la actualidad. El organismo rector del fútbol es la Fédération Internationale de Football Association, más conocida por su acrónimo FIFA. La competición internacional de fútbol más prestigiosa es la Copa Mundial de Fútbol, organizada cada cuatro años por dicho organismo. Este evento es el más famoso y el que cuenta con mayor cantidad de espectadores del mundo, doblando la audiencia de los Juegos Olímpicos.

2.1.14. La Técnica en el Fútbol

Campuzano, S (2014)

A la hora de trabajar gestos técnicos del fútbol, es importante trabajar de manera multilateral ya que en situaciones reales de juego es necesario que todos los jugadores manejen y conozcan la variedad de recursos técnico-tácticos, para poder resolver cualquier situación compleja que se le pueda plantear. Otra manera de trabajar esta

multilateralidad especial es entrenando a los jugadores de fútbol en distintas tareas tanto defensivas como ofensivas, con el objetivo de dotarle del mayor número de experiencias posibles, lo que hará mucho más fácil su integración y asimilación de distintas tácticas y estrategias de juego. (p.189)

Las ejecuciones técnicas del fútbol son los movimientos más adecuados para conseguir la mayor eficacia; es decir, los gestos y movimientos que son más eficaces con el mínimo gasto de energía. Sin embargo, la técnica no es un objetivo en sí, sino un medio para dominar los principios tácticos del fútbol.

Las situaciones que se producen en el fútbol condicionarán las ejecuciones a realizar con la mayor efectividad. Como todas esas situaciones son irrepetibles, el jugador que tendrá éxito será aquél que tenga capacidad de amoldarse a las ejecuciones técnicas más apropiadas a dichas situaciones.

Tamarit, X (2009)

Según Calvo (2002 cit. por Fonseca, H. en 2006) la técnica en el Fútbol es uno de los aspectos fundamentales e imprescindibles para jugar bien”, Sin embargo, pese a que "realizar ejercicios de técnica es sin duda necesario”, “predicarlos sin tener una referencia al juego no tiene mucho sentido”, ya que “el niño o joven necesita un contexto de juego antes de ejercitarse en la técnica pura' (Wein. 1999 cit. por Pacheco en 2005, cit. por Fonseca. H en 2006). (p.111)

Portugal M (2008) manifiesta: “Todas aquellas acciones que es capaz de realizar un jugador de fútbol dominando el balón con todas las superficies de contacto que permita el reglamento; si es en beneficio propio será individual, si es en beneficio de conjunto será colectiva”. (p. 27)

2.1.15. Fundamentos del fútbol

Warren W, Danner D (2004)

El fútbol es un juego de hábitos. Su naturaleza de elevada velocidad y movimiento constante precisa que los jugadores tomen rápidas decisiones mientras ejecutan técnicas fundamentales. La correcta ejecución de las técnicas requiere una práctica y repetición constante. En este contexto, enseñar consiste en comunicar conceptos de forma correcta, y usar ejercicios y actividades que implican técnicas específicas repetidas una y otra vez hasta que los jugadores ya no tengan que pensar cómo se supone que esas técnicas deben realizarse. (p. 110,111).

El fútbol se ha dividido teóricamente en cuatro partes y sus divisiones entre las cuales se puede nombrar a:

Física: Esto tiene relación con la preparación que debe poseer el jugador para ejecutar el fútbol como tal y puede moverse de modo de no cansarse y realizar de manera óptima todos los desplantes y movimientos dentro del campo de juego.

Técnica: 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 jugador de fútbol.

Táctica: Parte del juego que corresponde al entrenador o preparador del equipo, ya que es el quien debe encargarse de este punto y implementar las tácticas a utilizar por el equipo para 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.

Psicológica: Esto 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 a enfrentar el partido.

2.1.16. Fundamentos Técnicos del Fútbol

Portugal M (2008) sostiene que: “El fútbol es un juego y el éxito o fracaso depende al fin y al cabo de esa estructura del rendimiento. Del rendimiento colectivo que a su vez dependerá de los rendimientos individuales y de las interrelaciones entre los mismos”. (p. 25)

Para el fútbol base, resulta sencillo clasificar los fundamentos técnicos en tres familias:

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

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

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

Así se destacan los siguientes fundamentos técnicos:

Controlar el balón

Portugal, A (2008)

Controlar correctamente el balón, orientado, conducirlo, pasarlo, driblar, fintar...el aprendizaje, perfeccionamiento y estabilización de estos recurso técnicos es la base fundamental para los futuros movimientos y aplicaciones del futbolista, aplicación variable de la técnica de acuerdo con determinadas situaciones de juego. Pág. 95

El control.- Controlar el balón significa hacerse el amo del mismo. La perfecta ejecución del control entraña el éxito de la combinación. Los controles que deben trabajarse prioritariamente son los controles orientados y los controles en movimiento, puesto que generan velocidad en el juego.

El toque.- Repetido regularmente, desarrolla en los jóvenes futbolistas cualidades de destreza, de coordinación y también de equilibrio. Unos elementos que favorecerán una adquisición más rápida del resto de gestos técnicos.

Conducir el balón

Pacheco, R (2004)

Consiste en hacer rodar el balón mediante pequeños toques con el pie (carrera externa, o interna), siendo también utilizada cuando tiene el jugador espacio disponible para la progresión sobre el terreno. Es poner en movimiento el balón por medio del contacto con el pie dándole trayectoria y velocidad teniendo visión panorámica, aplicado para avanzar y preparar el dribling en carrera siempre que nos permita cambio de ritmo. (p. 82.)

Sin obstáculos Conducir el balón.- Se trata de un medio de progresión individual en un espacio libre. Conducir bien el balón significa ser su dueño en todo momento, lo que requiere un buen equilibrio y un excelente

dominio de los apoyos. Por último, conducir el balón con la cabeza levantada permite recibir información y realizar correctamente la jugada que el juego requiere.

Regates.- Es un medio de progresión individual entre adversarios u obstáculos. El regate permite al jugador en posesión del balón deshacerse de uno o varios adversarios: — iniciando una acción y asumiendo sus propios riesgos; — preparando una acción colectiva; — ganando tiempo y logrando el apoyo de los compañeros; — engañando al adversario (noción de “finta”).

Pasar el balón

Portugal, M (2008)

El pase es la principal acción técnica en el juego colectivo. El perfeccionamiento de las interacciones colectivas se basa en la idea de que en un partido hay una serie de momentos que se repiten; estos, como es natural, no constituyen todo el encuentro, pero en un grado importante determinan las acciones básicas de los futbolistas. (p. 96)

Esta es la acción consistente en dar el balón a un compañero. Es el elemento primordial del juego colectivo. Argumento principal del juego, el pase permite al equipo:

- conservar colectivamente el balón;
- preparar los ataques,
- cambiar la dirección del juego;
- contraatacar;
- dar el pase o asistencia de gol.
- Los centros son pases cortos o largos que suelen preceder al disparo, por lo que cuentan como asistencia.

Tiro a puerta / remate

López J (2001)

El tiro es la acción técnica que consistente en todo envío del balón sobre la portería contraria teniendo como fin introducirlo en la misma. Es la acción suprema del fútbol y el último golpeo de balón que realiza un atacante sobre la portería adversaria. El tiro es el fin último o el máximo objetivo del juego.

(p.34)

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

2.1.17. Clasificación de los Fundamentos Técnicos

Portugal M (2008)

En el fútbol actual y por la propia evolución de todos los parámetros que rodean el juego, se precisa cada vez más de la técnica rápida, como eficaz recurso de la resolución de los problemas. Esta nos va a dar la seguridad y el perfecto dominio del balón con altas velocidades de ejecución en las acciones parciales, con lo cual el jugador puede desviar su atención en la realización motriz, para dirigirla al análisis de la situación del juego. Esta ganancia de tiempo le suministra al jugador unas ventajas y la proporciona una mejor capacidad para desarrollar un fútbol más rápido, imaginativo y creativo. (p. 27)

Los fundamentos técnicos de los jugadores los podemos dividir dependiendo de quien tenga el balón. Existen fundamentos técnicos ofensivos o defensivos.

Durante el transcurso de un partido, la mayor parte del tiempo, los jugadores no tienen la posesión del balón, lo que hace que realicen gestos técnicos sin balón.

Esto nos podría llevar a pensar en que la importancia principal son los fundamentos técnicos sin balón. Pero la calidad y la eficacia de todo jugador, viene representada por el nivel de sus fundamentos técnicos con balón. De nada serviría un buen desmarque, sin un tiro adecuado.

Cuadro 1: Clasificación de la técnica

ATAQUE	POSESIÓN DEL BALÓN	Jugador de campo	Familiarización Golpeos: Pose Remate Control Conducciones Regates Fintas Protección del balón
		Portero	Pase con la mano Saque con el pie + técnica del jugador de campo
DEFENSA	NO POSESIÓN DEL BALÓN	Jugador de campo	Entradas Intercepciones Cargas
		Portero	Familiarización Posición básica Desplazamientos Recepción del balón Despeje Desvío Salidas + técnica del jugador de campo

Fuente: Casáis M, Lago, L (2010). (p. 117)

2.1.18. Técnica Individual

Dietrich, M., Carl, y Klaus. (2007) “En los métodos intensivos de aprendizaje del entrenamiento de la técnica tiene lugar un eficaz proceso bidireccional (retroactivo) entre la presentación visual y la realización del movimiento.” (p.86)

Es el gesto que ha de realizar el jugador, en cada una de las acciones que interviene en el desarrollo del juego. Esto abarca, tanto la defensa como el ataque, en posesión o no del balón.

2.1.18.1. El Control

Sans A (2000)

Conjunto de acciones que tienen por objetivo hacerse con el balón mediante un contacto para dejarlo en

condiciones óptimas para ser jugado. Es hacerse el jugador con el balón y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior. (p. 56)

El control, como su propia palabra indica es hacerse el jugador con el balón, dominarlo y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior.

Tipos de Controles

Sans, A (2000)

Controles clásicos: Parada, semi-parada y amortiguamiento.

Parada: Es el control que inmoviliza totalmente un balón sirviéndonos generalmente de la planta del pie. Balón raso, cuerpo estático, balón estático.

Semi-parada: Es una acción donde el balón no se inmoviliza totalmente pudiéndose efectuar con cualquier superficie de contacto del pie. Balón raso, cuerpo estático, balón en movimiento.

Amortiguamiento: Es la acción inversa al golpeo, en el amortiguamiento se reduce la velocidad del balón mediante el retroceso de la parte del cuerpo a emplear. Se pueden emplear todas las superficies de contacto.

Controles orientados: Mientras en los controles clásicos se carece del sentido de la orientación en el control orientado la finalidad es controlar y orientar al mismo tiempo el balón mediante un solo contacto, teniendo en cuenta la siguiente acción que se quiera realizar. (p. 56)

2.1.18.2 Habilidad y Destreza

Portugal M (2008)

Es la capacidad de dominar el balón por el aire mediante más de dos contactos. Las habilidades de movimiento con balón deben aprenderse como habilidades para el juego adecuadas a la situación. Para desarrollar las habilidades técnicas de forma racional adecuadas a la constitución del jugador y las condiciones existentes, son de importancia determinante unas capacidades coordinativas bien desarrolladas. (p. 95)

Habilidad es la capacidad de dominar el balón por el jugador por suelo o aire mediante más de dos contactos; por tanto es toda acción en posición estática o dinámica que permite tener el balón en poder del jugador con el fin de superar a uno o varios adversarios y facilitar la acción y desplazamiento de los compañeros.

La habilidad se divide en dos tipos:

- Estática (jugador y balón en el sitio)
- Dinámica (jugador-balón en movimiento)

El hombre hábil se diferencia del malabarista en que persigue con sus acciones el beneficio del conjunto.

Se puede designar como acción fundamental la elevación del balón en la habilidad semi-estática y el control del mismo durante un tiempo determinado que permita al compañero su movimiento para una mejor acción posterior, o simplemente el engaño al adversario para convencerle con una acción complementaria propia o del compañero.

Superficies de contacto: Todas las que permite el reglamento:

- Cabeza
- Hombros
- Pecho
- Abdomen

- Piernas (muslo)
- Pie (empeines (total o frontal, interior, exterior))
- Interior
- Exterior
- Talón
- Planta
- Puntera

2.1.18.3. Conducción

Basado en Rivas, (1997) citado por Sans, A. y Frattorola, C. (2006). "Conducción de balón: Podemos encontrar varias definiciones sobre este elemento técnico, no obstante, se citan algunas de tal manera que podamos clarificar y ubicar dentro del contexto del fútbol actual." (p.34)

Es la técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego.

Importante la progresión en su enseñanza, es decir de lo lento y sencillo a lo rápido y superior.

Superficies de contacto: Pies, al ser rodando por el terreno.

Bases para una buena conducción:

"Acariciar" el balón. (Significativo de la precisión del golpeo y fuerza aplicada al balón en su rodar por el terreno).

La visión entre espacio y el balón. (La visión repartida entre balón, oponentes y compañeros). Visión periférica.

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

Tipos de conducción

Rui Pacheco (2004)

Según las superficies de contacto:

Con la parte externa del pie.- La posición del cuerpo es inclinada hacia fuera. El pie conductor se dirige hacia dentro en el momento de empujar el balón. La rodilla se acerca al eje longitudinal del cuerpo. El pie queda un poco flojo y lo giramos hacia dentro desde el tobillo.

Con la parte interna del Pie.- Utilizamos el empeine interior del pie. Durante la carrera la punta del pie que conduce el balón gira hacia fuera. La conducción es correcta cuando mantenemos el balón bajo nuestro control con un movimiento armónico, ininterrumpido y sin quebrar el impulso

Con el empeine.- Es empujar el balón con el empeine total del pie lo que hace la acción más compleja que las anteriores. Con la punta del pie.- Forma de conducción algo rudimentaria, el poco uso de esta técnica se debe a que se pierde casi toda la precisión debido a que el balón está casi fuera de control.

Con la planta del pie.- Se utiliza para perfilars4es en jugadas de emergencia, o cuando el balón queda un poco atrás o cuando queremos protegerla del rival haciendo rodar el balón con la planta, que nos da mejor posibilidad de utilizar el cuerpo.

Según la trayectoria.

Conducción en línea recta

Conducción en zig-zag (slalom)

Conducción con cambios de dirección

Conducción con cambios de frente. (p. 82)

2.1.18.4. La Cobertura

Gallego, A., García, A. (2006) “Es estar en posición de ayuda a un compañero que puede ser desbordado por un oponente, portador del balón. Es la técnica de proteger el balón mediante la oposición corporal.”. (p. 43)

Ofrece dos variantes según sea la acción y según sea la protección:

Según sea la acción:

Gallego, A., García, A. (2006)

- En carrera o dinámica.
- En parado o estática. (p. 43)

Según sea la protección:

Gallego, A., García, A. (2006)

- De costado.
- De espaldas. (p. 43)

La cobertura realizada en carrera o dinámica, es la acción técnica de la oposición corporal en busca de una mayor protección del balón ante la amenaza de un contrario, sin que la conducción sea alterada. Para ello el balón será conducido con la superficie exterior del pie más alejado de la posición del contrario, interponiendo la mayor parte posible del cuerpo entre ambos.

2.1.18.5. La Finta

Cantatore, C (2008) manifiesta que “la finta son ciertos movimientos o acciones realizadas por el jugador, independientemente del balón, con

el propósito de engañar, confundir o distraer al contrario de la acción que verdaderamente se pretende hacer” (p. 94).

La finta es el movimiento con o sin balón destinado a engañar al adversario. Es un elemento que forma parte del "dribling".

Denominaremos finta a ciertos movimientos o acciones realizadas por el jugador con el propósito de engañar, confundir, o distraer al adversario de la verdadera acción que se pretende hacer.

Como premisa fundamental, debe existir engaño (finta), pero con la facultad y finalidad de decidir la posesión del balón, ya esté uno con él o sin él.

Las acciones podrán realizarse de diferentes formas:

Fintas realizadas antes de recibir el balón en beneficio propio.

Fintas después de recibir el balón en beneficio propio.

También realizamos una serie de fintas sin recibir el balón, en beneficio de un compañero.

2.1.18.6. El Regate

Cantatore, C (2008) manifiesta: “la acción de regatear significa moverse con la pelota de un punto a otro, siendo el objetivo del jugador moverse con el balón y conseguir mantenerlo bajo control sin tener que interrumpir su ritmo de avance” (p. 75).

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

Por lo tanto solo hay una manera de regatear (modo de proceder):
Aquella por medio de la cual se desborda al adversario.

Es una acción llena de habilidad e imaginación.

Clases de regate:

Simple: Será aquel en el que se desborda al adversario sin acción previa.

Compuesto: Se hace uso de la finta (engaño) para, posteriormente, desbordar al adversario.

2.1.18.7. El Tiro

PACHECO, Rui (2007) considera: "Acción que intenta meter el balón en la portería rival. Constituye la conclusión lógica, la culminación de un ataque" (p.121)

El tiro es la acción técnica que consiste en todo envío consciente de balón sobre la portería contraria.

Es la acción suprema del fútbol y el último golpeo de balón que realiza un atacante sobre la portería adversaria. Para realizar dicha acción técnica, cualquier superficie de contacto es válida si no modifica las leyes del reglamento.

Superficies de contacto:

Pies: La punta del pie puede ser dirigida directamente hacia el suelo.

Si la aproximación se hace de costado la pierna de toque es lanzada para conducir el pie oblicuamente bajo el balón. Las caderas pueden ser llevadas hacia atrás doblando el tronco.

Empeine: Se emplea para golpes fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión.

Empeine (exterior e interior): Se emplea para golpes con efecto (llamados "rosca", etc.). Son golpes de gran decisión, fuerza y velocidad.

Puntera, planta y talón: Son golpes para sorprender, y se utilizan generalmente como recurso, a excepción de los tiros a gol con la puntera en situaciones favorables.

Cabeza:

Frontal: Para dar potencia y precisión.

Frontal-lateral: Lo mismo (premisa fundamental, el giro de cuello).

Parietal: Para los desvíos.

Occipital: Para las prolongaciones.

Aspectos a tener en cuenta por el que tira

Superficie reducida de portería.

Situación de portero.

Densidad de los adversarios.

Situación de los compañeros.

Distancia de tiro.

Angulo de tiro: La relacionan los palos y el balón.

Zona de tiro: Espacio donde cada uno de los jugadores tiene más dominio para hacer gol.

2.1.18.8. La Interceptación

Cantatore, C (2008).

La interceptación es la acción técnica mediante la cual modificamos la trayectoria de un balón lanzado o tocado por un contrario, intentando evitar que llegue a su destino. El tipo de interceptación puede ser reflexivo o irreflexivo (p.108).

Es la acción técnica defensiva por medio de la cual, cuando el balón lanzado, golpeado o tocado en último lugar por el contrario, es modificada su trayectoria evitando o no el fin perseguido por su lanzador.

Irreflexiva: Nos indica que la trayectoria del balón es modificada por medio de un desvío, originado con cualquier parte del cuerpo, pero sin prever si evita o no el fin buscado por el lanzador, ya que puede continuar en posesión del balón el contrario, o incluso ser gol en propia meta.

Reflexiva: la trayectoria del balón es igualmente modificada (sigue siendo parte fundamental), pero las consecuencias pueden ser de dos maneras:

Se modifica la trayectoria sin prever la segunda jugada (es el desvío clásico).

Se modifica la trayectoria, resultado de la misma; por ejemplo:

Un corte, si nos apoderamos del balón.

Superficies de contacto: Son todas las partes del cuerpo cuando se consigue neutralizar un pase o evitar un gol.

Piernas

Pecho

Cabeza

2.1.18.9. La anticipación

Casáis M., Peña L (2010) manifiestan que “anticipación o disuasión es la acción técnico-táctica que impide recibir el balón a nuestro adversario directo (receptor potencial)” (p. 123).

La anticipación es un concepto defensivo muy importante porque si tiene éxito y se produce la intercepción origina un cambio de iniciativa en el juego. Así pues, gracias a la anticipación conseguiremos recuperar balones o forzar errores al equipo contrario.

En la anticipación interviene un grado de intuición individual, que determinará decisivamente el acierto a la hora de decidir hacia donde irán el balón o el/la jugador/a, sin olvidar que también interviene significativamente la ubicación táctica de los/as jugadores/as en el terreno de juego.

Profundizando un poco más en la cuestión, diremos que a nivel individual la anticipación requiere:

Concentración máxima en el juego.

Velocidad de reacción (física y mental).

Colocación.

2.1.18.10 Recuperación Del Balón Entrada

Cantatore, C (2008).

La entrada es la acción que realizamos al ir en busca del contrario que posee el balón, con el fin de arrebatarlo e impedir que progrese en el terreno o mantenga la iniciativa en el juego. La entrada se puede realizar de frente o lateralmente, y la superficie de contacto que se utiliza es el pie (p.108).

Es la acción físico-técnica defensiva que tiene por objeto ir al encuentro del jugador oponente que está en posesión del balón, con el fin de interceptar e impedir de este modo que progrese en el terreno o bien sea dueño del juego.

Premisa fundamental para que realicemos la entrada es que el balón lo tiene que tener el contrario, pudiendo realizar dicha acción con relación al poseedor: De frente y lateral.

Las acciones deben ser realizadas, fundamentalmente, cuando el poseedor del balón pierde por un momento su control.

En las acciones laterales, el jugador suele tirarse al suelo deslizándose, como último recurso, para conseguir la interceptación. Debe quedar claro por cuanto exponemos que la entrada es la acción de ataque al contrario que controla o intenta controlar el balón.

Superficies de contacto: La superficie de contacto a utilizar es el pie.

Diversas formas y clases:

De frente: Se entra al adversario que lleva el balón en el momento justo que pierde por un momento su control. Se puede realizar:

De pie.

Deslizamiento lateral.

Lateral-Tackle: Situándose al lateral del adversario flexionando la pierna de apoyo más cercana al poseedor del balón y con la más alejada intenta apoderarse del mismo o bien desviarlo.

2.1.18.11 La Carga

Cantatore, C (2008).

Para realizar una carga reglamentaria, ésta tiene que realizarse con, al menos, un pie en el suelo, sin violencia ni peligro, con el balón en condiciones de disputarse y con el objetivo de hacerse con su posesión y de hombro a hombro, o de hombro a espalda si el contrario cubre el balón. (p.108)

Es la acción sobre el jugador, debe hacerse sin violencia ni peligro; solo puede cargarse de frente y de costado; puede realizarse por detrás si el contrario obstruye.

Diversas formas y clases:

- Hombro a hombro.
- Hombro espalda.

Sólo puede cargar el jugador que no lleva el balón, o cuando no tiene propietario. El que posee el balón hace una cobertura.

2.1.19. Técnica Colectiva

López, J, Fernández, A (2011)

Es el fundamento técnico básico del juego de conjunto, es un acuerdo tácito entre dos jugadores que llegan a ser dos puntos de unión del balón. El pase se realiza con cualquier parte del cuerpo que no penalice el reglamento de fútbol". (p. 34)

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.

2.1.19.1 El Pase

López J (2011)

Es el fundamento técnico básico del juego de conjunto, es un acuerdo tácito entre dos jugadores

que llegan a ser dos puntos de unión del balón. El pase se realiza con cualquier parte del cuerpo que no penalice el reglamento de fútbol". (p. 34)

Es la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque; por lo tanto, es el principio del juego colectivo y nos permite llegar al objetivo previsto en el menor tiempo posible.

Portugal M(2008)

El pase es la principal acción técnica en el juego colectivo. El perfeccionamiento de las interacciones colectivas se basa en la idea de que en un partido hay una serie de momentos que se repiten; estos, como es natural, no constituyen todo el encuentro, pero en un grado importante determinan las acciones básicas de los futbolistas. (p. 96)

Observaciones a tener en cuenta en el pase

- Un jugador parado no deseará jamás un balón enviado por delante de él.
- Un jugador que se desplaza a un espacio libre es normal que solicite el balón por delante de él.
- Ejecutar bien el pase es conservar la iniciativa del juego y por tanto es importante para el equipo.
- Es tan importante la actitud de quien posee el balón como la de quien lo recibe; por tanto, es un aspecto analizar profundamente.

Superficies de contacto

PIE: interior, exterior, empeine, puntera, talón, planta.

PIERNA: muslo.

TRONCO: pecho y cabeza.

Trayectorias: Con efectos y sin efectos (salvar obstáculos).

Con manos: Solamente el portero. En saques de banda.

Otras superficies de contacto: Todas las del cuerpo, menos brazos y manos (excepto el portero dentro de su área de penalty y en saque de banda).

Cabeza: Frontal, parietal, occipital.

Pecho.

Muslo.

Rodilla (como recurso).

2.1.19.2 El Relevo

Sans, A. (2000). Manifiesta que: “la transmisión del medio o de la iniciativa. Es asimismo la acción de mantener el medio en poder del mismo equipo, mediante un cambio de mando en el jugador-balón”. (p.78)

Es la transmisión del medio o de la iniciativa. Es asimismo la acción de mantener el medio en poder del mismo equipo, mediante un cambio de mando en el jugador - balón.

Es la acción de transmisión recogida del balón que se realiza entre dos jugadores de un mismo equipo sin que exista un desplazamiento del esférico.

El relevo es la acción técnica de la transmisión del balón en que hay cambio de poseedor y de iniciativa organizativa, dando la responsabilidad y funciones al nuevo poseedor.

Es una acción que en el fútbol moderno, poco a poco, va perdiendo su utilidad, ya que en gran parte de las ocasiones puede ser sustituida por un pase.

Dicha acción se realiza fundamentalmente en zonas de creación para trasladar la iniciativa del juego de un compañero a otro. El organizador del

equipo se ayuda de esta acción técnica-táctica para tener la iniciativa, y sus compañeros colaboran en el terreno de juego.

El que realiza el relevo debe percibir la situación del juego, la posición de los oponentes, y, sobre todo, para que sea eficaz, debe poseer una gran coordinación motriz, velocidad de desplazamiento y de trayectorias para continuar con la posesión del balón superando al compañero y al oponente más próximo con facilidad.

En la realización del relevo no es imprescindible que exista un oponente próximo, pero efectivamente es mucho más eficaz el realizarlo con oponente y superarlo.

Tipos de Relevos

Relevo frontal.- Es cuando ambos compañeros llevan sentidos opuestos y realizan la transmisión del balón, frente a frente.

Relevo en diagonal.- Es cuando ambos compañeros llevan direcciones convergentes. Requiere una gran percepción de velocidades y de distancias, para transmitirse el balón.

Relevo dorsal (por detrás).- Es cuando ambos compañeros llevan sentidos iguales, rebasando al poseedor por detrás de su eje corporal, llevando el balón a más velocidad.

2.1.19.3 Acciones Combinadas.

Velasco, J., Lorente, J. (2003)

Se denomina acciones combinadas a las acciones realizadas entre dos o más jugadores, con el objetivo de crear superioridad numérica o posicional que permita aprovechar esta circunstancia para el juego de ataque los procedimientos tácticos colectivos son

un complemento a los sistemas de juego y a las acciones individuales, ya que se pueden realizar dentro de cualquier tipo de ataque, al igual que sucede con un desmarque o con un regate. (p.195, 196)

Son aquellas acciones técnicas entre dos o más compañeros de un mismo equipo cuyo objetivo o finalidad es la consecución del gol. Es la técnica de conjunto, donde con acciones combinadas repartimos mejor el esfuerzo de los jugadores del equipo, aumentando las posibilidades de desmarques y apoyos de los demás compañeros.

Es la sucesión de toda clase de acciones técnicas individuales (controles, pases, conducciones, regates, etc) que se van sucediendo en la intervención de varios jugadores y que por el hecho de encadenarse e irse relacionando forman una acción combinada o combinada.

Las acciones combinada exigen excelentes facultades técnicas y tácticas y están compuestas de diversas acciones técnicas individuales interrelacionadas mediante los pases y a través de una demarcación continua.

2.2. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL

Los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva constituyen una parte elemental en el entrenamiento del fútbol, si los deportistas y los equipos no cuentan con un desarrollo adecuado de la técnica colectiva sería muy difícil que el equipo consiga formarse exitosamente y lograr conseguir los objetivos planteados antes de las competiciones.

En la actualidad la teoría socio crítica constituye y cumple un papel fundamental en la psicopedagogía educativa, ya que permite que exista una interrelación de ideas entre alumno y profesor, cuando se está cumpliendo el proceso de enseñanza aprendizaje.

Se reconoce la teoría socio – crítica dentro de este trabajo puesto que la misma revela inconsistencias y contradicciones de la comunidad para la transformación por medio de una acción comunicativa y la formación redes humanas para realizar procesos de reflexión crítica y creando espacios para el debate, la negociación y el consenso.

El entrenador al instruir a sus deportistas debe buscar que ellos se mentalicen que por medio del deporte se puede llegar a servir a la sociedad, y que mediante el deporte pueden exponer sus valores de manera positiva.

En la actualidad esta teoría es un punto importante donde los deportistas pueden exponer y desarrollar sus ideas a partir de su propia manera de ser. Es por esto que, el deportista es un ser responsable que participa activamente en su proceso de aprendizaje, sin dejar de lado la responsabilidad que tiene dentro del entrenamiento la persona que está al frente “el entrenador”, influye positivamente una relación deportista – entrenador.

LA teoría socio – crítica permitió que de esta se comprenda de mejor manera el desarrollo individual y colectivo de los deportistas, permitió también determinar un proceso de colaboración para actuar y superar las contradicciones de la acción social.

2.3. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Acciones combinadas.- Pases de poca distancia entre un grupo de jugadores.

Aprendizaje.- Adquisición del conocimiento de algo por medio del estudio, el ejercicio o la experiencia, en especial de los conocimientos necesarios para aprender algún arte u oficio.

Coordinación motriz.- la capacidad de realizar un movimiento de forma controlada y ajustada a los requerimientos que lo han originado.

Cualidades físicas.- factores que determinan la condición física y orientan a la clasificación de una actividad deportiva de individuo.

Deportista.- Se aplica a la persona que practica algún deporte

Entrenamiento.- Se refiere a la adquisición de conocimiento, habilidades, y capacidades como resultado de la enseñanza de habilidades o prácticas y conocimiento relacionado con aptitudes que encierran cierta utilidad.

Entrenador.- Persona que entrena a personas o animales en la práctica de una actividad, en especial si se dedica a ello profesionalmente.

Etapas.- Período o parte diferenciada en que se divide el desarrollo de una acción o un proceso.

Formación deportiva.- Nivel de conocimientos que una persona posee sobre un determinado deporte.

Habilidad.- Es la capacidad de dominar el balón por el aire mediante más de dos contactos

Métodos de entrenamiento.- Son procedimientos adecuados a un plan para la transmisión, planificación y evaluación de contenidos en la ejecución de un entrenamiento dirigido a un objetivo.

Método lúdico.- Es un conjunto de estrategias diseñadas para crear un ambiente de armonía en los deportistas.

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

Regatear.- significa moverse con el balón de un punto a otro, siendo el objetivo del jugador moverse con el balón y conseguir mantenerlo bajo control sin tener que interrumpir su ritmo de avance.

Sistema de juego.- Tácticas y estrategias que utiliza un equipo de manera habitual y que le confieren un carácter de juego determinado.

Superficies de Contacto.- Son todas aquellas partes del cuerpo que entran en contacto con el balón de manera inteligente y consciente.

Técnica deportiva.- Entendemos el procedimiento desarrollado normalmente en la práctica para resolver una tarea motora determinada de la forma más adecuada y económica.

Técnica del futbolista.- el grado de control del balón correctamente en cualquier situación del juego, esto significa recibir y llevar el balón.

Técnica de regate.- Regate no es más que dar una serie de toques cortos y suaves para controlar el balón y conducirlo mientras el delantero sube campo arriba

2.4. INTERROGANTES DE LA INVESTIGACIÓN.

¿Qué nivel de conocimiento sobre la metodología para entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol tienen los entrenadores de los colegios en las categorías 14 a 16 años en la ciudad de Cayambe en el año 2012 - 2013?

¿Qué nivel de desarrollo de la técnica colectiva del fútbol tienen los deportistas de la categoría 14 a 16 años de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013?

2.5 Matriz de Variables

CONCEPTO	CATEGORÍA	DIMENSIÓN	INDICADOR
Los procesos metodológicos de entrenamiento son una serie de pasos organizados y planificados, los métodos se relacionan con un conjunto de ejercicios que se repetirán de forma sistemática y dosificada; estos ejercicios constituyen los medios de preparación para llegar a conseguir un objetivo.	Procesos Metodológicos	El Método como Estilo de enseñanza Métodos de Entrenamiento de la Técnica	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mando directo ➤ Asignación de tareas ➤ Enseñanza Recíproca ➤ Descubrimiento Guiado ➤ La resolución de problemas ➤ Método Lúdico ➤ Método de Ejercicios Simples ➤ Método de Ejercicios Complejos ➤ Método Mixto
Las técnicas son las posibilidades de un jugador para realizar un movimiento mecánico dado.	Técnicas de entrenamiento de fútbol	Técnica Colectiva del entrenamiento de futbol	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Acciones combinadas ➤ Relevé técnico ➤ El pase

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Para el presente trabajo de investigación se determinó una investigación bibliográfica, porque se utilizó libros, revistas, artículos, documentos, fotografías de donde se sacó la información necesaria para obtener las diferentes definiciones que intervinieron en el desarrollo del marco teórico.

Se empleó el tipo de investigación de campo, ya que está se la realizo directamente en los lugares mismos donde se dio el entrenamiento de los deportistas de las selecciones de futbol de los diferentes colegios; es decir en los diferentes centros educativos de la ciudad de Cayambe.

Se utilizó una investigación descriptiva, esta permitió establecer la realidad actualizada de lo que sucedía con cada uno de los entrenadores y los deportistas, esto permitió realizar un análisis de situaciones y así luego se pudo dar a conocer los resultados de la misma.

3. 2. MÉTODOS

3. 2.1. Métodos Empíricos

3.2.1.1. Método Recolección de Información

Este método ayudó a recoger, procesar y analizar información, resultante de encuestas, las cuales ayudaron a conocer el diagnóstico de los entrenadores de las categorías 14-16 años de los colegios de la ciudad de Cayambe y posteriormente se presentó una alternativa de solución viable al problema planteado.

3.2.2. Método Teórico

3.2.2.1. Método Histórico Lógico

Este método ingresó en este trabajo mediante la revisión de los antecedentes que se han dado en referencia a la disciplina del fútbol, de los colegios de la ciudad de Cayambe.

3.2.2.2 Método Inductivo Deductivo

Fue establecido en el marco teórico y tiene que ver mucho con lo que se realizó en la investigación.

3.2.2.3 Método Analítico Sintético

Se realizó la investigación pertinente del tema y así se pudo analizar, interpretar sus partes y llegar a una propuesta de solución pertinente y viable.

3.2.2.4 Método Sistémico

Este Método tuvo mucha influencia para esta investigación puesto que nos llevó directamente a la observación de los entrenadores y deportistas quienes son el objeto de la investigación.

3.2.3 Método Matemático

3.2.3.1. Método Estadístico

La estadística fue una ayuda muy importante puesto que permitió guiar el proceso del análisis de los resultados obtenidos durante la aplicación de la encuesta, permitiendo establecer porcentajes que luego fueron establecidas en tablas y gráficos.

3.3 INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS

Dentro de este trabajo investigativo se utilizó la técnica de la encuesta y ficha de observación, con el propósito de recopilar la suficiente información sobre los entrenadores de fútbol de los colegios de la ciudad de Cayambe.

3.4 POBLACIÓN

La población se tomó a deportistas y entrenadores, a quienes se les aplicó una encuesta para la recolección de los datos.

Cuadro N° 2. Población usada en la investigación.

Población a quién se aplicó las encuestas.			
Colegio	Edad	Deportista	Entrenadores
Nelson Torres	14 años	25	8
	15 años	25	

	16 años	25	
Natalia Jarrín	14 años	15	4
	15 años	20	
	16 años	28	
Total		138	12

Fuente. Colegios de la Ciudad de Cayambe

3.5 MUESTRA

El total de la muestra se de 150 personas entre deportistas y entrenadores que pertenecen a los colegios que fueron seleccionados en la ciudad de Cayambe.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

La organización y análisis de los resultados obtenidos mediante encuestas a los deportistas y entrenadores del Colegio de Bachillerato “Nelson Torres”, el Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” en la disciplina del fútbol categoría 14-16 años, fueron organizados y tabulados, para ser procesados en términos de medidas descriptivas, como frecuencias y porcentajes.

Las encuestas fueron diseñadas con el propósito de conocer cuál es el diagnóstico acerca de los métodos que usan los entrenadores en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los estudiantes deportistas, después de un análisis muy detallado y minucioso para poder emitir información válida y confiable.

Las encuestas fueron realizadas para determinar respuestas que pueda facilitar el estudiante deportista, y también la información que el entrenador pueda entregar, dos encuestas diferentes a deportistas y entrenadores, mediante esta manera se busca ver si existía concordancia entre las dos partes.

4.1. Análisis Descriptivo de Encuestas Realizadas a Deportistas

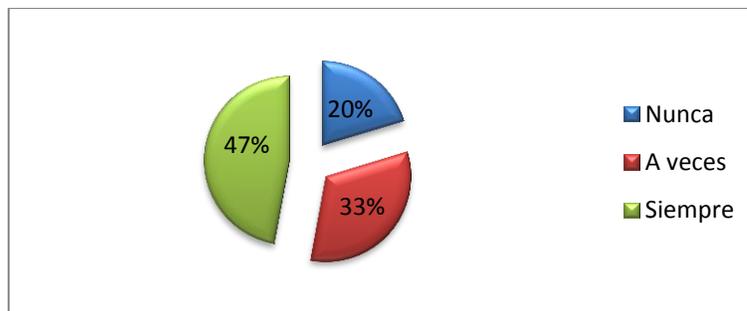
Pregunta 1. ¿El entrenador, antes de iniciar la sesión de entrenamiento deja claro el objetivo de lo que se trabajará en la misma?

Cuadro N° 3. Pregunta 1, objetivos a trabajar.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	28	45	65	138
Porcentaje	20%	33%	47%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 1. Distribución porcentual pregunta 1.



Fuente. Cuadro N° 3.

Interpretación.

Se puede interpretar que un elevado porcentaje de deportistas manifiestan que su entrenador deja claro lo que se pretenderá en cada práctica, al mismo tiempo se manifiestan otros deportistas que expresan que su entrenador no da a conocer los objetivos.

Dietrich M., Carl K. y Lehnertz K. (2007) manifiestan: “Designaremos objetivos referidos a periodos de tiempos breves y medios. Estos objetivos establecen la orientación y la periodización de los efectos del entrenamiento planificado”.

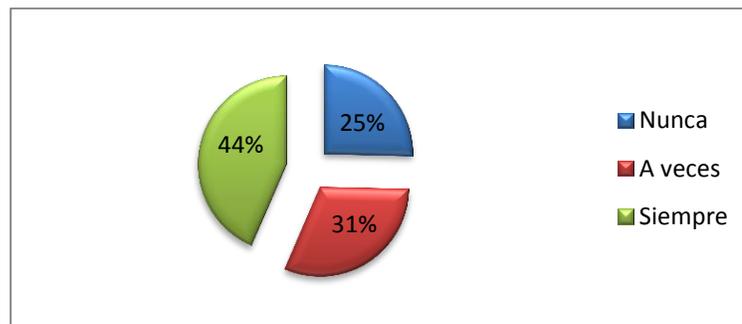
Pregunta 2. ¿El entrenador utiliza medios (videos, imágenes) para que usted comprenda mucho mejor los fundamentos técnicos?

Cuadro N° 4. Pregunta 2, uso de medios para enseñanza.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	35	43	60	138
Porcentaje	25%	31%	44%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 2. Distribución porcentual pregunta 2.



Fuente. Cuadro N° 4.

Interpretación.

Un alto porcentaje sostiene que el entrenador utiliza medios para que el deportista entienda de mejor manera los fundamentos técnicos, pero un porcentaje menor sostiene que no cumple con esto.

William, E. Warren y George, D (2004) manifiesta: “Las proyecciones en pantalla de partidos y videos son herramientas excelentes para enseñar; pueden usarse para demostrar técnicas y corregir errores”.

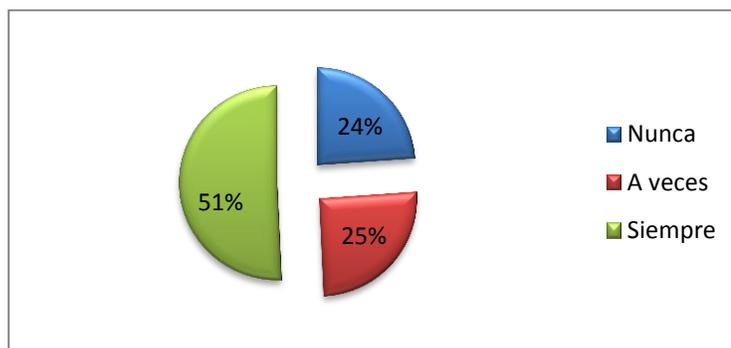
Pregunta 3. ¿El entrenador tiene facilidad para pasar de lo teórico a lo práctico en el entrenamiento?

Cuadro N° 5. Pregunta 3, paso de lo teórico a lo práctico.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	33	35	70	138
Porcentaje	24%	25%	51%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 3. Distribución porcentual pregunta 3.



Fuente. Cuadro N° 5.

Interpretación.

Existe un porcentaje pequeño que manifiesta que nunca su entrenador cumple lo que la pregunta dice, esto puede llegar a ser un inconveniente ya que por más que exista una gran cantidad de deportistas que expresan que sus entrenadores pasan con facilidad de lo teórico a lo práctico, esta minoría a la hora de ir a la competencia puede no cumplir de manera adecuada.

William, E y George, D (2004) manifiestan: “Los jugadores en desarrollo como futbolistas deberían entender que el desarrollo de sus técnicas de juego requiere que los jugadores vean estas técnicas, ejecutadas correctamente”.

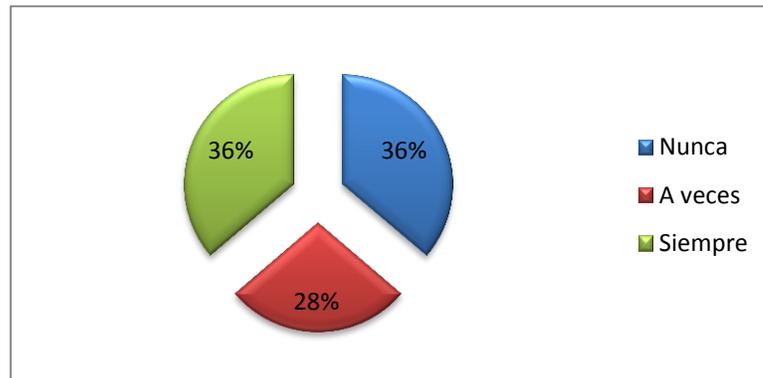
Pregunta 4. ¿El entrenador detiene y corrige los errores si se presentan en el entrenamiento?

Cuadro Nº 6. Pregunta 5, corrección de errores.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	50	38	50	138
Porcentaje	36%	28%	36%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico Nº 4. Distribución porcentual pregunta 4.



Fuente. Cuadro Nº 6.

Interpretación.

Un elevado porcentaje de deportistas manifiestan que el entrenador no corrige los errores en los entrenamientos, similar cantidad expresan que siempre realiza correcciones sobre la marcha el entrenamiento.

Beachle R. y Earle W. (2007): “Es una oportunidad para resaltar cualquier contribución o deficiencia destacada entre los deportistas, mejora el rendimiento individual y colectivo, determina acciones apropiadas con respecto al personal y estimula el desarrollo individual”.

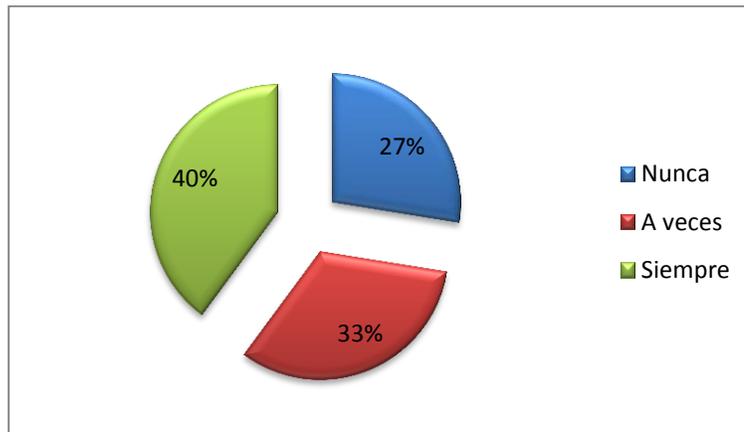
Pregunta 5. ¿El entrenador usa elementos (conos, estacas, cintas, platos, balones, etc.) que permitan tener un entrenamiento organizado?

Cuadro Nº 7. Pregunta 5, uso de elementos.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	38	45	55	138
Porcentaje	28%	33%	40%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico Nº 5. Distribución porcentual pregunta 5.



Fuente. Cuadro Nº 7.

Interpretación.

Hay que reconocer que una cantidad significativa mantiene que los entrenadores no cumplen con el uso de esta clase de elementos, es posible que ellos no conozcan a este tipo de materiales y por eso expresan su negatividad ante esta situación.

Bauer, G (2001) manifiesta: “Gracias a la variedad de ejercicios que se puede conseguir con ayuda del material de entrenamiento moderno, éste será más ameno y variable para los jugadores”.

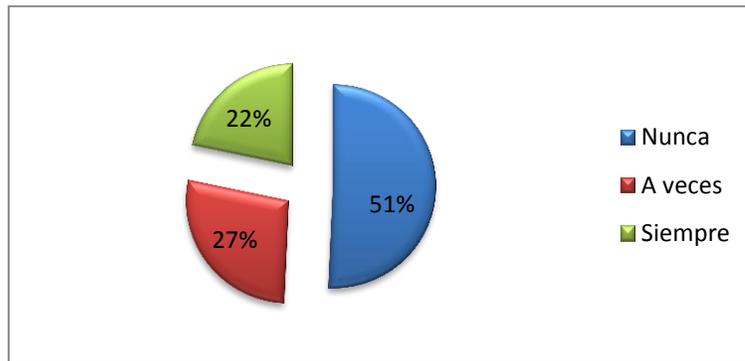
Pregunta 6. ¿El entrenador explica y luego ejecuta el ejercicio que pide al deportista que efectúe?

Cuadro N° 8. Pregunta 6, explicación y ejecución.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	70	38	30	138
Porcentaje	51%	28%	22%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 6. Distribución porcentual pregunta 6.



Fuente. Cuadro N° 8.

Interpretación.

En este caso se puede observar que la mayoría de deportistas manifiestan que el entrenador no ejecuta lo que quiere que el deportista haga. Tan solo una mínima cantidad están de acuerdo a que el entrenador si aplica lo que explica.

Cantarero, C (2008) manifiesta: “El método a seguir debe ser demostrar primeramente el ejercicio que se va a realizar para posteriormente ordenar su ejecución y, sobre ésta, corregir los posibles defectos en el gesto del deportista”.

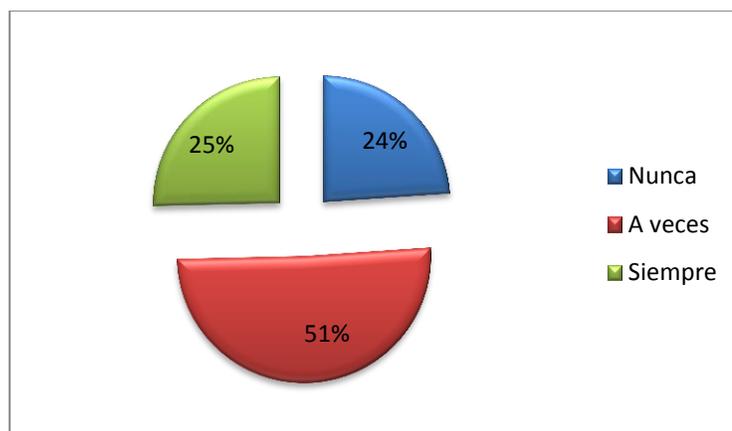
Pregunta 7. ¿Cree que su entrenador tiene conocimientos sobre métodos de entrenamiento?

Cuadro N° 9. Pregunta 7, conocimientos del entrenador.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	33	70	35	138
Porcentaje	24%	51%	25%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT.y NJ.

Gráfico N° 7. Distribución porcentual pregunta 7.



Fuente. Cuadro N° 9.

Interpretación.

En este caso se muestra que un gran porcentaje de deportistas manifiestan que el entrenador tiene conocimientos sobre metodología esto puede indicar que el entrenador hace de manera adecuada cada paso que se debe seguir en el entrenamiento cumpliendo a cabalidad lo que implican los métodos, pero hay que visualizar también que un porcentaje menor manifiestan que el entrenador no sabe sobre esta metodología, para ellos quizá el entrenador y sus acciones pueden estar siendo erróneas.

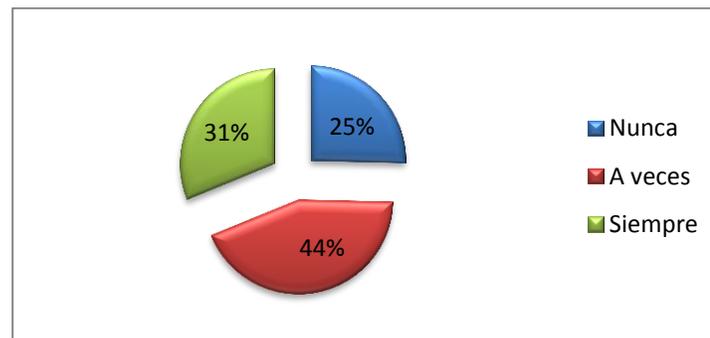
Pregunta 8. ¿El entrenador facilita información para que mejores en los entrenamientos de la técnica individual y colectiva?

Cuadro Nº 10. Pregunta 8, información para mejorar.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	35	60	43	138
Porcentaje	25%	44%	31%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico Nº 8. Distribución porcentual pregunta 8.



Fuente. Cuadro Nº 10.

Interpretación.

Aquí se puede observar que un porcentaje significativo manifiesta que el entrenador no brinda ningún tipo de información para mejorar lo que se ha realizado en los entrenamientos, pero cave recalcar que otro porcentaje elevado manifiestan que si tienen la información necesaria por parte del entrenador.

Ferreiro G. (2003) manifiesta: “una avalancha extraordinaria de información son los medios electrónicos y de comunicación que facilitan y promueven el empleo (a veces indiscriminado, superficial y limitado) de la información”.

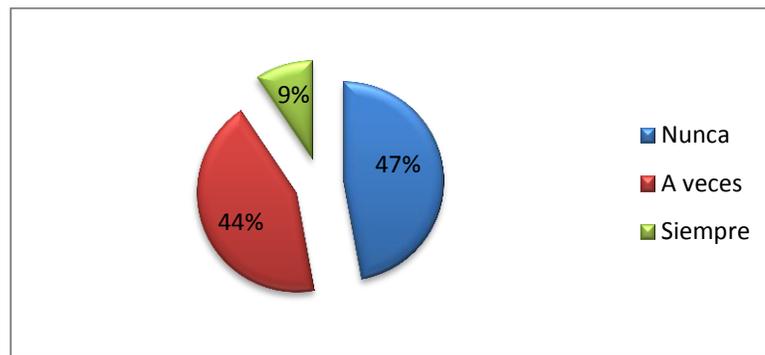
Pregunta 9. ¿Si no entiendes algo que el entrenador manifiesta (dice), se le puede pedir que vuelva a explicar?

Cuadro N° 11. Pregunta 9, nueva explicación.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	65	60	13	138
Porcentaje	47%	44%	9%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 9. Distribución porcentual pregunta 9.



Fuente. Cuadro N° 11.

Interpretación.

En cuanto a esta pregunta una cantidad correspondiente a la mayoría manifiestan que nunca se le puede pedir una nueva explicación, esto puede indicar que el entrenador sea autoritario y que quizá sea de mal carácter, el otro porcentaje manifiesta que si pueden preguntar y el entrenador vuelve a repetir lo que ellos deseen.

Dosil, J (2004) manifiesta: “la comunicación desempeña un papel fundamental, ya que permite alcanzar mejores resultados y permite llegar a tener líderes del equipo o grupo”.

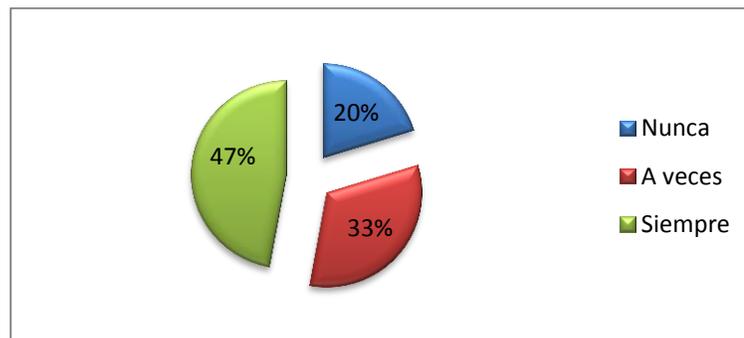
Pregunta 10. ¿El entrenador ayuda a los deportistas cuando ellos no logran ejecutar un movimiento técnico?

Cuadro N° 12. Pregunta 10, ayuda para ejecución.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Total
Frecuencia	28	45	65	138
Porcentaje	20%	33%	47%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 10. Distribución porcentual pregunta 10.



Fuente. Cuadro N° 12.

Interpretación.

En un entrenamiento el entrenador debe cumplir con su rol pero en esta interpretación se logra entender que un porcentaje de deportistas sostienen que el entrenador no ayuda a corregir errores que se pueden estar presentando en la ejecución de determinado ejercicio o movimiento técnico, al contrario otro elevado porcentaje de deportistas manifiestan que sus entrenadores si brindan esta ayuda.

William, E y George, D (2004) sostienen: “el desarrollo de sus técnicas de juego requiere que los jugadores vean estas técnicas, demostradas correctamente por alguien que las ejecute debidamente”.

4.2. Análisis Descriptivo de Encuestas Realizadas a Entrenadores

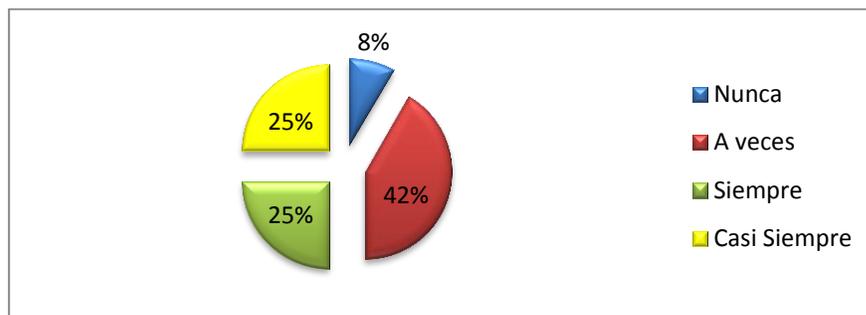
Pregunta 1. ¿Se puede aplicar el entrenamiento de la técnica colectiva a los deportistas de la categoría 14-16 años?

Cuadro N° 13. Pregunta 1, aplicación de técnica colectiva.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	1	5	3	3	12
Porcentaje	8%	42%	25%	25%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 11. Distribución porcentual pregunta 1, E.E.



Fuente. Cuadro N° 13.

Interpretación.

Se ve reflejado en el alto porcentaje que manifiestan que si se puede realizar este entrenamiento, aunque hay que distinguir la seguridad con que ellos respondieron que siempre se puede realizar este entrenamiento aquí se observa un alto porcentaje al contrario de que tan solo una minoría manifiesta que nunca se puede realizar este entrenamiento.

López, J, Fernández, A (2011) manifiesta: “Es el fundamento técnico básico del juego de conjunto, un acuerdo tácito entre dos jugadores que llegan a ser dos puntos de unión del balón”.

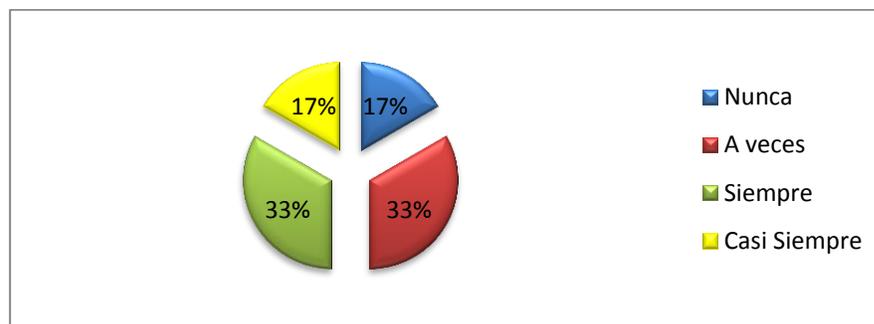
Pregunta 2. ¿Puede distinguir entre los métodos de entrenamiento y los métodos de enseñanza aprendizaje?

Cuadro N° 14. Pregunta 2, Métodos de entrenamiento y de EA.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	2	4	4	2	12
Porcentaje	17%	33%	33%	17%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 12. Distribución porcentual pregunta 2, E.E.



Fuente. Cuadro N° 14.

Interpretación.

En la tabla de resultados se ha observado que no todos los entrenadores son capaces de diferenciar a estos dos tipos de métodos. Aunque el porcentaje de entrenadores que no tienen conocimientos para poder diferenciar sea el mínimo, hay otro alto porcentaje que si e algunos casos pueden llegar a encontrar la diferencia.

Fle O, Tena M. Solana J. (2009) mencionan: “los métodos: son el conjunto de operaciones ordenadas, con las que se pretende obtener un resultado”.

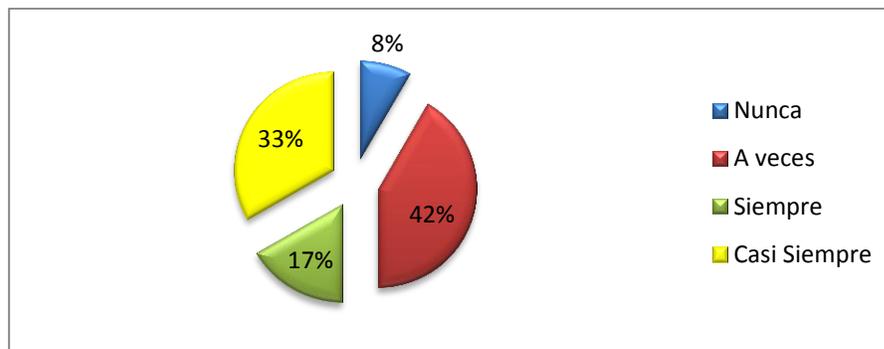
Pregunta 3. ¿Para que los deportistas capten mejor los objetivos a desarrollar en el entrenamiento usa elementos como imágenes, videos u otros?

Cuadro N° 15. Pregunta 3, uso de elementos.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	1	5	2	4	12
Porcentaje	8%	42%	17%	33%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 13. Distribución porcentual pregunta 3, E.E.



Fuente. Cuadro N° 15.

Interpretación.

La mayoría de entrenadores están conscientes de este beneficio para los deportistas y esto se demuestra en el alto porcentaje que indica que si usan estos medios, pero se debe trabajar en cuanto a este tema ya que existe un porcentaje aunque el mínimo pero que a la larga puede estar perjudicando al deportista.

William, E. Warren y George, D (2004) manifiesta: “Las proyecciones en pantalla de partidos y videos son herramientas excelentes para enseñar; pueden usarse para demostrar técnicas y corregir errores”.

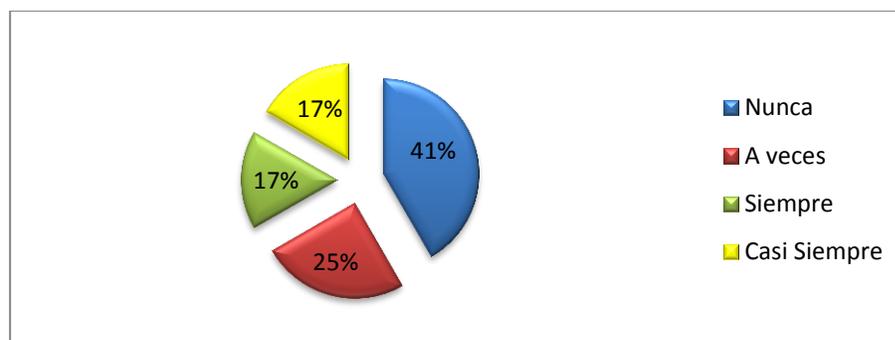
Pregunta 4. ¿Permite que los deportistas expongan alguna inquietud en el desarrollo del entrenamiento?

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	5	3	2	2	12
Porcentaje	42%	25%	17%	17%	100%

Cuadro N° 16. Pregunta 4, exposición de inquietudes.

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 14. Distribución porcentual pregunta 4, E.E.



Fuente. Cuadro N° 16.

Interpretación.

En los resultados obtenidos se logra ver clara mente que un alto porcentaje de entrenadores no permiten que sus deportistas expongan sus preguntas o comentarios en los entrenamientos, esto no es nada positivo ya que puede terminar influyendo en que el deportista termine entendiendo de manera negativa cierta petición del entrenador. **William, E y George, D (2004) sostiene:** “Siempre debes animar a los jugadores a que hagan preguntas siempre que no entiendan algo, sin importar lo insignificante o trivial que pueda parecerles”.

Pregunta 5. ¿Si un deportista no puede ejecutar cierto fundamento técnico, usted detiene la práctica y vuelve a explicar?

Cuadro N° 17. Pregunta 5, nueva explicación.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	0	2	4	6	12
Porcentaje	0%	17%	33%	50%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 15. Distribución porcentual pregunta 5, E.E.



Fuente. Cuadro N° 17.

Interpretación.

En esta tabla de resultados se puede determinar que la gran mayoría de entrenadores están cumpliendo con lo que busca esta pregunta, así de esta manera conseguirán que sus deportistas ejecuten de manera adecuada determinado ejercicio. Se puede ver que no existe ningún porcentaje de entrenadores que no detengan las prácticas para corregir errores.

William, E y George, D (2004) sostiene: “la repetición de movimientos específicos y aislados fomenta la técnica y permite la corrección de errores”.

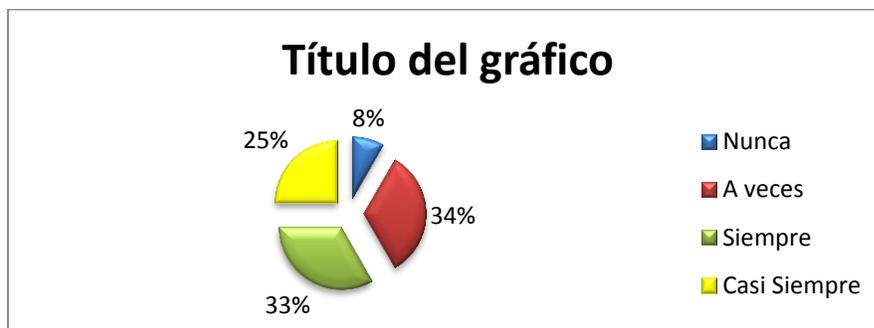
Pregunta 6. ¿Luego de la explicación, usted realiza y demuestra a los deportistas lo que desea?

Cuadro N° 18. Pregunta 6, explicación y demostración.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	1	4	4	3	12
Porcentaje	8%	33%	33%	25%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 16. Distribución porcentual pregunta 6, EE.



Fuente. Cuadro N° 18.

Interpretación.

El mínimo porcentaje dijo que no realiza esta ejecución, esto puede deberse a muchas cosas como por ejemplo edad del entrenador, o que el mismo entrenador no puede ejecutar lo que pide. Pero son la mayoría de entrenadores quienes manifestaron que si realizan la explicación práctica de la teoría que han explicado anteriormente.

Cantarero, C (2008) manifiesta: “El método a seguir debe ser demostrar primeramente el ejercicio que se va a realizar para posteriormente ordenar su ejecución y, sobre ésta, corregir los posibles defectos en el gesto del deportista”.

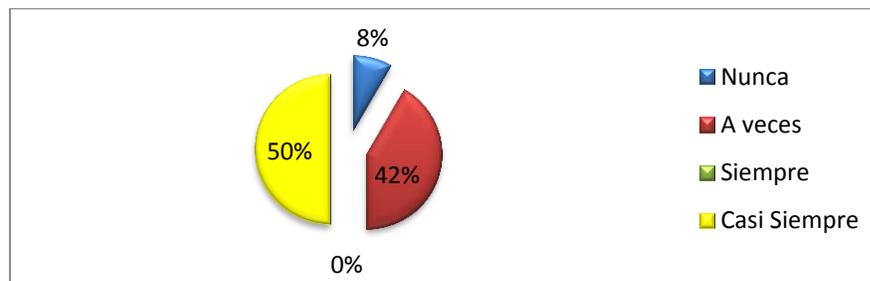
Pregunta 7. ¿En las sesiones de entrenamiento, destina el tiempo necesario para el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol?

Cuadro N° 19. Pregunta 7, tiempo necesario.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	1	5	0	6	12
Porcentaje	8%	42%	0%	50%	100%

Fuente. Estudiantes Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 17. Distribución porcentual pregunta 7, E.E.



Fuente. Cuadro N° 19.

Interpretación.

Un porcentaje que corresponde a la mitad si realizan este entrenamiento todos los días, pero otro porcentaje mejor no la realiza, es posible que estos entrenadores estén realizando este entrenamiento quizá con alguna frecuencia. Se puede ver que un porcentaje mínimo no cumple con este entrenamiento.

William, E y George, D (2004) manifiesta: “la repetición de movimientos específicos y aislados fomenta la técnica y permite la corrección de errores de forma que los partidos de entrenamiento no puedan aportar con tanta eficacia o efectividad”.

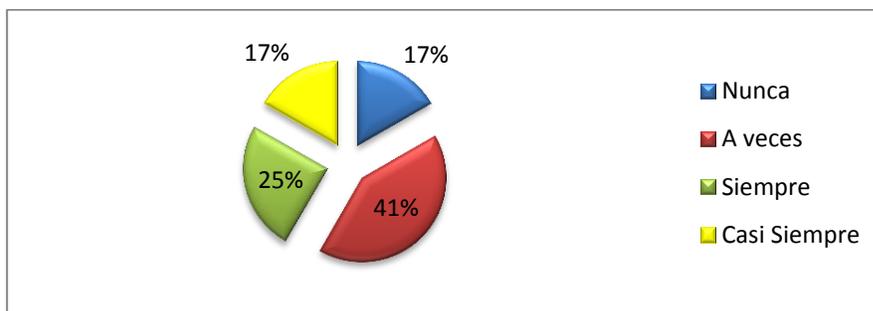
Pregunta 8. ¿En las competencias, sus deportistas ejecutar los movimientos de técnica colectiva del fútbol que ha entrenado?

Cuadro Nº 20. Pregunta 8, ejecución de técnica colectiva.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	2	5	3	2	12
Porcentaje	17%	42%	25%	17%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico Nº 18. Distribución porcentual pregunta 8, E.E.



Fuente. Cuadro Nº 20.

Interpretación.

Es un porcentaje intermedio e entrenadores que sostienen que casi siempre se ve reflejado el trabajo de los entrenamientos en las competencias, pero así mismo un porcentaje significativo manifiesta que no logran observar los resultados de los entrenamientos en la competencia esto puede deberse a diferentes razones.

Portugal M (2008) manifiesta que: “El perfeccionamiento de las interacciones colectivas se basa en la idea de que en un partido hay una serie de momentos que se repiten”.

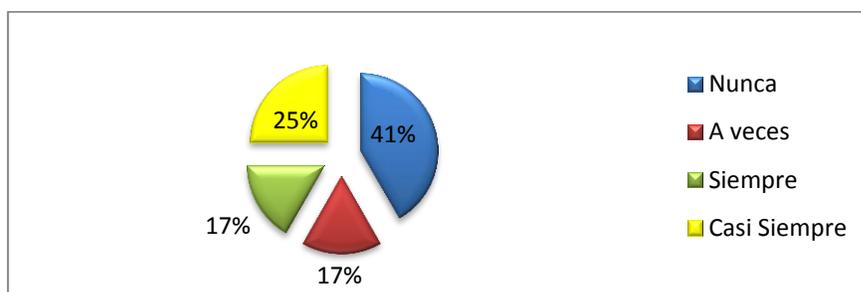
Pregunta 9. ¿En los entrenamientos destina la misma cantidad de tiempo para práctica de la técnica individual y la técnica colectiva del fútbol?

Cuadro Nº 21. Pregunta 9, tiempo para la práctica.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	5	2	2	3	12
Porcentaje	50%	17%	17%	25%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico Nº 19. Distribución porcentual pregunta 9, E.E.



Fuente. Cuadro Nº 21.

Interpretación.

Aquí se puede observar un gran porcentaje de entrenadores no usan el mismo tiempo para el entrenamiento de estas dos técnicas tanto individual como colectiva. Se ve que otro porcentaje alto se distribuye entre las opciones de respuestas, lo que significa que están conscientes del tiempo que se debe realizar este tipo de entrenamientos.

Berger, K. (2007) sostiene: “El avance del intelecto se produce porque los seres humanos buscan el equilibrio cognitivo, es decir, un estado de equilibrio mental”.

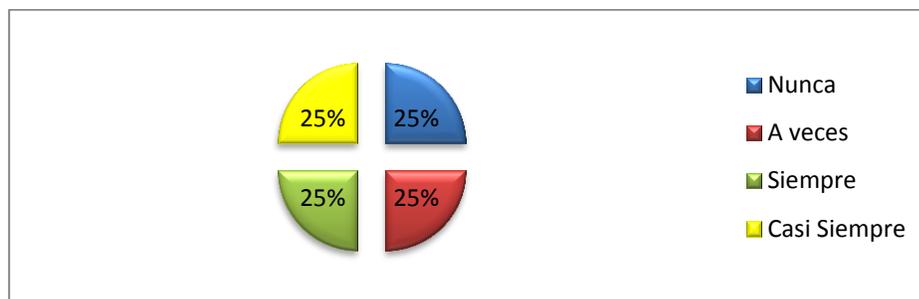
Pregunta 10. ¿Cree que en el entrenamiento tiene la misma importancia la técnica individual y la técnica colectiva del fútbol?

Cuadro N° 22. Pregunta 10, importancia en el entrenamiento.

Respuesta	Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre	Total
Frecuencia	3	3	3	3	12
Porcentaje	25%	25%	25%	25%	100%

Fuente. Entrenadores Categoría 14-16 de los Colegios NT. y NJ.

Gráfico N° 20. Distribución porcentual pregunta 10, E.E.



Fuente. Cuadro N° 22.

Interpretación.

Se puede observar en esta tabla de resultados que el porcentaje se distribuye de manera similar entre todas las opciones de respuestas esto quiere decir que no todos los entrenadores están conscientes del tiempo e importancia que tiene el entrenamiento de la técnica.

William, E y George, D (2004) manifiesta: “los segmentos individuales del ejercicio tienen una duración relativa y la repetición de movimientos específicos y aislados fomenta la técnica y permite la corrección de errores”.

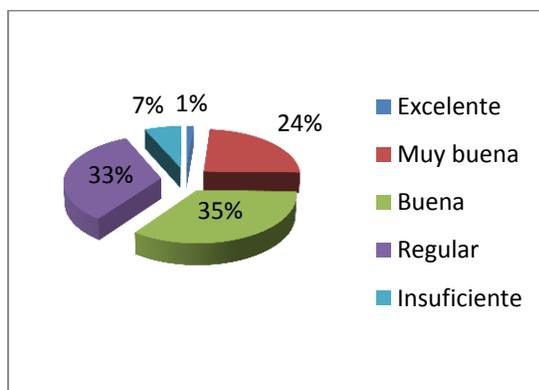
4.3. Análisis Descriptivo de Ficha de Observación Deportistas Colegio de Bachillerato “Nelson Torres”

Cuadro Nº 23. Ficha de Observación Nelson Torres. Acciones combinadas, relevos técnicos, pases.

	Frecuencia	%
Excelente	1	1,33%
Muy buena	18	24,00%
Buena	26	34,67%
Regular	25	33,33%
Insuficiente	5	6,67%
Total	75	100,00%

Fuente. Cuadro Nº 23

Gráfico Nº 21. Distribución porcentual cuadro 23.



Fuente. Cuadro Nº 23

Los deportistas no ejecutan de manera adecuada la técnica colectiva en el entrenamiento del fútbol, se muestra un elevado porcentaje que indica esto.

Miguel Ángel Portugal (2008) manifiesta: “Para el futbolista, la base de la acción a lo largo del juego es la técnica, es su herramienta de trabajo”

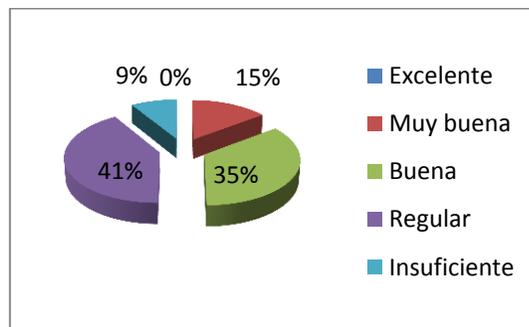
4.4. Análisis Descriptivo de Ficha de Observación Deportistas Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín”

Cuadro N° 24. Ficha de observación Natalia Jarrín. Acciones combinadas, relevos técnicos, pases.

	Frecuencia	%
Excelente	0	0,00%
Muy buena	10	14,71%
Buena	24	35,29%
Regular	28	41,18%
Insuficiente	6	8,82%
Total	68	100,00%

Fuente. Cuadro N° 24

Gráfico N° 22. Distribución porcentual cuadro 24.



Fuente. Cuadro N° 24

Se muestra un elevado porcentaje que indica que los deportistas no ejecutan de manera adecuada la técnica colectiva en el entrenamiento del fútbol.

Miguel Ángel Portugal (2008) manifiesta: “Para el futbolista, la base de la acción a lo largo del juego es la técnica, es su herramienta de trabajo”

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones.

- Se concluye que los entrenadores, o personas encargadas de seleccionar y entrenar a los deportistas de la categoría 14 – 16 años en la disciplina del fútbol en el Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” no cuentan con los conocimientos suficientes para estar al frente de los jóvenes deportistas.
- Se evidenció que un alto porcentaje de los deportistas del Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín”, no cuentan con un nivel de ejecución apropiado de la técnica colectiva del fútbol.
- Los entrenadores deben elevar los conocimientos en cuanto al uso de materiales que permitan facilitar el uso de metodología de entrenamiento de técnica colectiva del fútbol.

5.2. Recomendaciones

- A las autoridades de las instituciones brindar facilidades para que los entrenadores de fútbol cuenten con capacitaciones y actualizaciones en el uso de metodologías de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol lo cual permita elevar el nivel de conocimiento de los entrenadores.
- Se recomienda que los entrenadores presten mayor atención y dedicación a los deportistas para que ellos logren ejecutar de mejor manera la técnica colectiva del fútbol.
- Se recomienda a los entrenadores que se actualicen en el uso de elementos como materiales y programas que permitan desarrollar sus habilidades para estar al frente de los deportistas.

5.3. Contestación a las preguntas de Investigación

Pregunta 1

¿Qué nivel de conocimiento sobre la metodología para entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol tienen los entrenadores de los colegios en las categorías 14 a 16 años en la ciudad de Cayambe en el año 2012 - 2013?

Al finalizar la investigación a través de un instrumento importante como fue la encuesta que fue aplicada a deportistas y entrenadores que se encuentran al frente de los deportistas categoría 14 – 16 años en la disciplina de fútbol en la ciudad de Cayambe en el año 2012 – 2013 se ha encontrado que la gran mayoría de los entrenadores o personas que se encuentran al frente del entrenamiento de los deportistas no tienen los conocimientos suficientes o los conocimientos que tienen son mal utilizados lo que se ha producido en un grave inconveniente que no

permite que los deportistas puedan comprender de manera adecuada y correcta lo que se busca en cada entrenamiento.

Pregunta 2

¿Qué nivel de desarrollo de la técnica colectiva del fútbol tienen los deportistas de la categoría 14 a 16 años de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013?

De acuerdo a la investigación realizada se pudo observar que en la gran mayoría de los casos los deportistas recibían las indicaciones y las malinterpretaban, lo cual terminó en una mala ejecución de la técnica colectiva.

El mal uso de técnicas y metodología de entrenamiento termina afectando a los deportistas que en cada entrenamiento ya que se observó que ejecutaban de una manera no apropiada la técnica colectiva del fútbol.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1. TÍTULO

SOFTWARE DIDÁCTICO INTERACTIVO DIRIGIDO A ENTRENADORES PARA MEJORAR EL USO DE METODOS DE ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LA CIUDAD DE CAYAMBE.

6.2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

Al conocer los resultados obtenidos de las encuestas aplicadas a los deportistas de la categoría 14 a 16 años y a los profesores y entrenadores de futbol del Colegio de Bachillerato “Nelson Torres” y Colegio de Bachillerato “Natalia Jarrín” se pudo determinar que el entrenamiento de la técnica colectiva de futbol se la realiza de manera irregular y en casos sin usar los métodos adecuados, esto se convierte en una actividad que preocupa debido a que los profesores o entrenadores de estas Instituciones de renombre en la ciudad de Cayambe no cuentan con los conocimientos adecuados para aplicar los métodos idóneos o en casos aplican actividades que no tienen ningún fundamento científico, lo cual termina perjudicando al deportista ya que no se desarrolla de manera correcta en el aspecto técnico, físico y psicológico. El entrenador debe estar consciente que al realizar un entrenamiento este debe ser planificado y se lo debe llevar con mucho cuidado, ya que si no se lo realiza de manera correcta puede perjudicar a los deportistas.

Con la elaboración de esta guía didáctica se busca dar a conocer los Métodos de Entrenamiento de la Técnica Colectiva del Fútbol y la importancia para todos los entrenadores, profesores de los colegios donde se realizó la investigación y otros que no pertenezcan a las mismas, también ayudará al deportista para que tenga un conocimiento teórico.

La implementación de la guía producirá que todas las personas inmersas en el entrenamiento ingresen a lo que es mundo de la informática actual y de la tecnología, mediante el uso de dicho programa interactivo la misma que ayudara a que avancen en los conocimientos y pedagogía mediante el uso de la tecnología.

Con esto se llegará a tener personas profesionales bien formados y actualizados. Esta guía didáctica será destinada y necesaria para los entrenadores y profesores al frente de la disciplina del fútbol ya que por el estudio realizado la mayoría no tienen un conocimiento teórico apropiado para e entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol lo cual dificulta así su enseñanza.

Será una guía valiosa de consulta e información acerca de los métodos usados para el entrenamiento de la técnica colectiva e individual del fútbol.

Con esta guía la persona encargada de un equipo de fútbol tendrá una orientación al momento de la realizar las planificaciones y ejecución de las mismas con el desarrollo de los entrenamientos teniendo siempre presente los conocimientos teóricos y llevándolos a la práctica con de forma pedagógica y didáctica.

6.3 FUNDAMENTACIÓN TEORICA

Con la implementación de la guía para los entrenadores y profesores a cargo de los deportistas de la disciplina del fútbol, se busca que consideren los métodos adecuados para el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, mediante el vínculo de la informática a través de una manera didáctica; para esto uso el criterio del siguiente autor.

Teoría Cognitiva

Berger, K. (2007)

El avance del intelecto se produce porque los seres humanos buscan el equilibrio cognitivo, es decir, un estado de equilibrio mental. Una forma fácil de lograr este equilibrio es interpretar las nuevas experiencias a través de la lente de las ideas preexistentes. Por ejemplo, los bebés descubren que un nuevo objeto puede ser aferrado del mismo modo que los objetos que le son familiares y los adolescentes explican las noticias del día como prueba de su propia visión del mundo. (p. 46)

El autor manifiesta que cuando el ser humano busca mejorar en su conocimiento lo realiza mediante un equilibrio que le permita llegar a tener un estado mental con los conocimientos adecuados a través de diferentes tipos de experiencias, es el caso que mediante la implementación de esta guía la persona que la use trabajará de mejor manera sacándola el mejor provecho puesto que será una experiencia nueva y nada aburrida.

Así de esta manera podrá receptar la información que presenta la guía didáctica y el en su subconsciente logrará analizar y al momento que necesite aplicarla sacará esta información a su manera, la misma que ya estará y será bien usada en las planificaciones y entrenamientos.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 Objetivo General

- Proporcionar un software didáctico interactivo a entrenadores y personas relacionadas con el fútbol para mejorar la enseñanza de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe.

6.4.2 Objetivos Específicos.

- Seleccionar métodos y ejercicios para mejorar la enseñanza de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe.
- Dotar un software didáctico interactivo dirigido a entrenadores y personas relacionadas con el fútbol para mejorar la enseñanza de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol sea fácil de usar, entender y aplicar.
- Socializar la propuesta a los docentes entrenadores, estudiantes deportistas, autoridades colegiales y padres de familia para ofrecer orientaciones que permitan mejorar la enseñanza de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe.

6.5 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA.

País: Ecuador.

Provincia: Pichincha

Cantón: Cayambe

Parroquia: Cayambe

Beneficiarios: Entrenadores, autoridades y estudiantes deportistas de los colegios de la ciudad de Cayambe.



Figura 1. Colegio de Bachillerato "Natalia Jarrín"



Figura 2. Colegio de Bachillerato "Nelson Torres"

6.6 DESARROLLO DE LA PROPUESTA

Consiste en la elaboración de un software didáctico interactivo dirigido a entrenadores y personas relacionadas con el fútbol, en donde se presentara definiciones de los métodos de entrenamiento de la de la técnica colectiva del fútbol. También lleva incluido diferentes videos en donde se puede observar la aplicación de los diferentes métodos de entrenamiento de la técnica colectiva.

Contiene diferentes ventanas, en donde el usuario tendrá las opciones de explorar de manera fácil y sencilla; tan solo con dar un clic en las opciones que el software le proporciona.

Para la creación del software se usó el programa “Visual Estudio 2010”. El presente “software didáctico interactivo” es un software en el cual los entrenadores y deportistas pueden acceder a ella de una manera fácil.

El software didáctico interactivo es fácil de instalar, en el CD que se encuentra el software tiene incluido los pasos y requisitos para la instalación. Cuando el “software didáctico interactivo” sea instalado, se creará automáticamente un una carpeta en el menú de inicio con el nombre “GUIA DIDÁCTICA_Métodos T_Colectiva” y dentro de ella el icono del software.

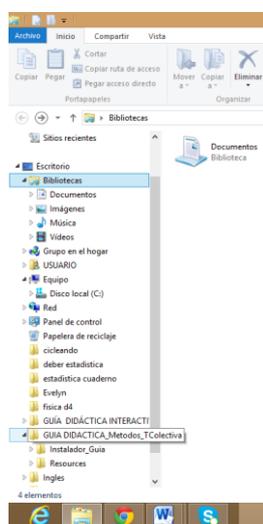


Figura 3. Carpeta creada con el Software.

En el escritorio de la PC aparecerá un icono que represente a la Guía Didáctica Interactiva para facilitar el acceso a la misma.



Figura 4. Icono del Software en el escritorio.

Luego de ejecutar el “Software Didáctico Interactivo” se abrirá una presentación de fácil interpretación para acceder a las opciones que la misma presenta (parte teórica Metodología y Técnica del fútbol y lo que corresponde a videos, también se presenta una opción que permite tener un audio musical), para ingresar a cualquiera de estas opciones solo basta dar un clic.



Figura 5. Pantalla de inicio del Software Didáctica

Al hacer clic en lo que corresponde a Metodología: M. de Entrenamiento de la Técnica Colectiva se abrirá una nueva ventana nos aparecerá otra pantalla, donde tendremos los diferentes Métodos de Entrenamiento de la Técnica y al seleccionar el método que se desee se cargara la información que esta contenga.

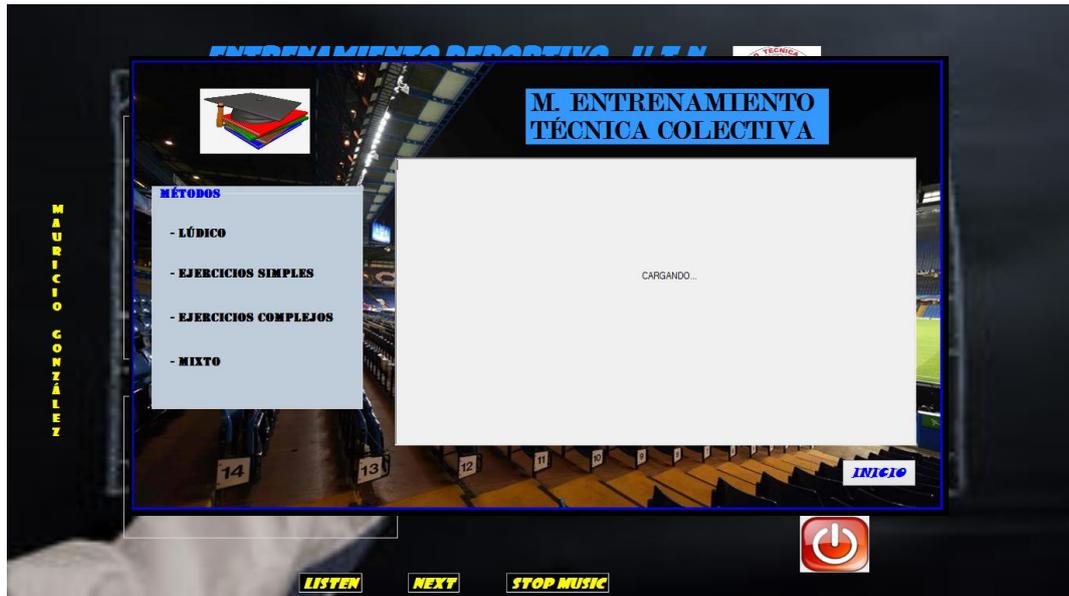


Figura 6. Pantalla de inicio al ingresar al icono Métodos de Entrenamiento de la Técnica.

MÉTODO LÚDICO.

Definición

Bauer, G. (2001.) menciona que: “En el método lúdico se enseña la «capacidad, de juego compleja» de forma íntegra, a través de diversas formas de juego. Automáticamente se entrena también las distintas técnicas”. (p. 62)

El método lúdico no significa solamente jugar por recreación, sino por el contrario, desarrolla actividades muy profundas dignas de su aprehensión por parte del alumno, empero disfrazadas a través del juego. Los juegos en los primeros años deben ser sensoriales. En etapas más avanzadas deben promover la imaginación y posteriormente juegos competitivos.

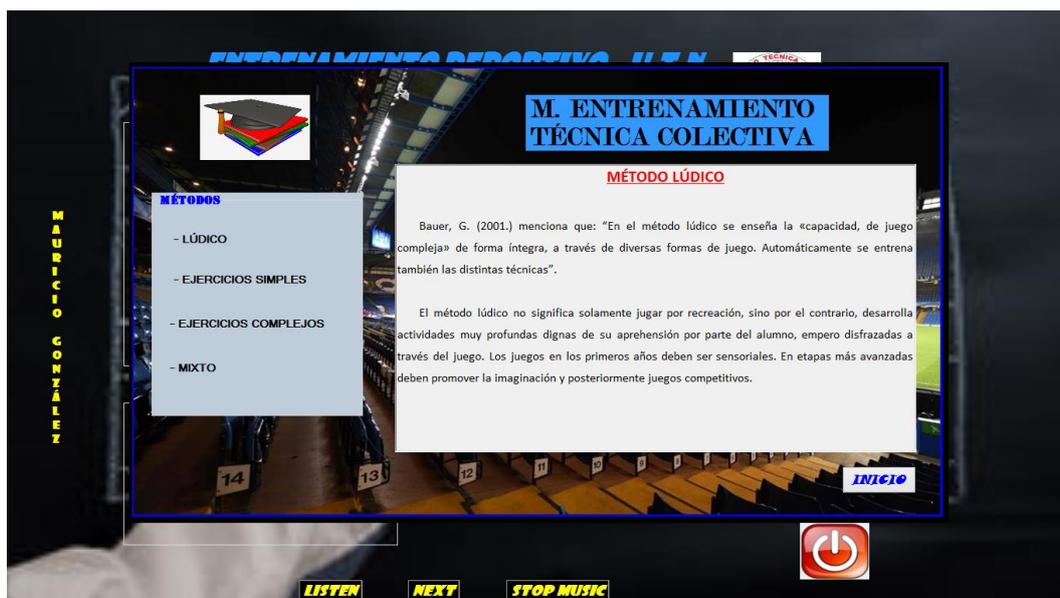


Figura 7. Método Lúdico

MÉTODO EJERCICIOS SIMPLES

Definición

Bauer, G. (2001.) sostiene que: “Este método es una forma especial del «método analítico» que se emplea tradicionalmente en los juegos deportivos”. (p. 62)

En este método se practican, de forma aislada y a través de muchas repeticiones, los elementos técnicos y tácticos, que son de mucha importancia para el rendimiento del juego total.

Las actividades de la sesión están centradas prioritariamente en el aprendizaje (proceso de enseñanza deductiva). Los contenidos de este método son simples ejercicios de técnica; simple, significa en este caso que no se elaboran jugadas complicadas. De esta manera, los jugadores apenas disponen de alternativas de ejecución.

Esta práctica aislada de componentes del juego grande (p. ej., golpeo a la altura de la cadera, con media vuelta), se emplea también hoy en día con mucha frecuencia en los entrenamientos de fútbol, sobre todo, si se trata de adquirir o de fijar unas técnicas en muy poco tiempo.

Pero hay que dejar muy claro que un entrenamiento de fútbol que se basa preferentemente en este método, no sería suficiente hoy en día. Sobre todo para el entrenamiento con principiantes no se debería emplear únicamente este método, tal como se hacía antiguamente).



Figura 8. Método Ejercicios Simples

MÉTODO EJERCICIOS COMPLEJOS.

Definición

Bauer, G. (2001.) sostiene que: "En este método reviven y, de esta manera también se practican, situaciones de juego sacadas del juego grande". (p. 63)

Es una forma de entrenar las acciones técnicas y tácticas enlazándolas con situaciones de juego real y practicándolas varias veces.

Este método se encuentra entre el método de ejercicios simples y el método lúdico, en lo que se refiere a sus objetivos y su efecto.

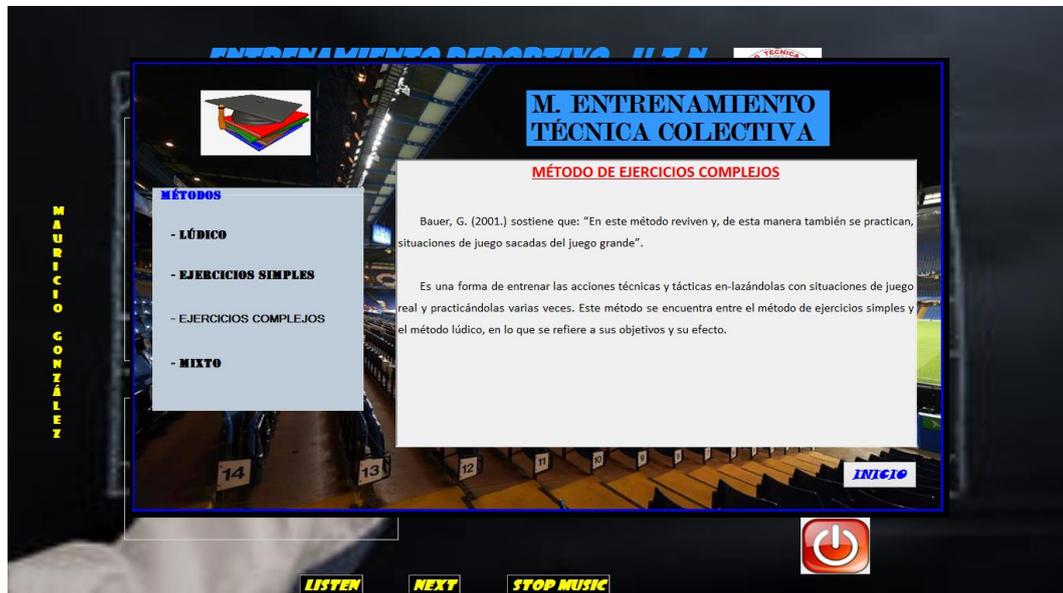


Figura 9. Método Ejercicios Complejos

MÉTODO MIXTO.

Definición

Bauer, G. (2001)

Al comparar los tres métodos se evidencia que realmente no existe ninguno perfecto para las diferentes condiciones de entrenamiento. Generalmente se consiguen los mayores éxitos mezclando distintos métodos en una sola sesión o en una secuencia de varias sesiones. Sería ideal, según el principio del «método integral-parcial-integral», si se practicara, en una misma sesión, la alternancia de «juegos-ejercicios-juegos». De esta manera se pueden aprovechar: las ventajas de todos los métodos, eliminando en gran parte- sus inconvenientes. (p 64)

Así el jugador aprende, primero jugando, la importancia de cada una de las técnicas y se le motiva para el segundo paso metodológico, la práctica aislada.

Si además, aun en la misma sesión, puede probar de nuevo la técnica aprendida en un juego y registrar sus progresos, estará consciente del efecto de los ejercicios, es decir, del sentido de su trabajo.

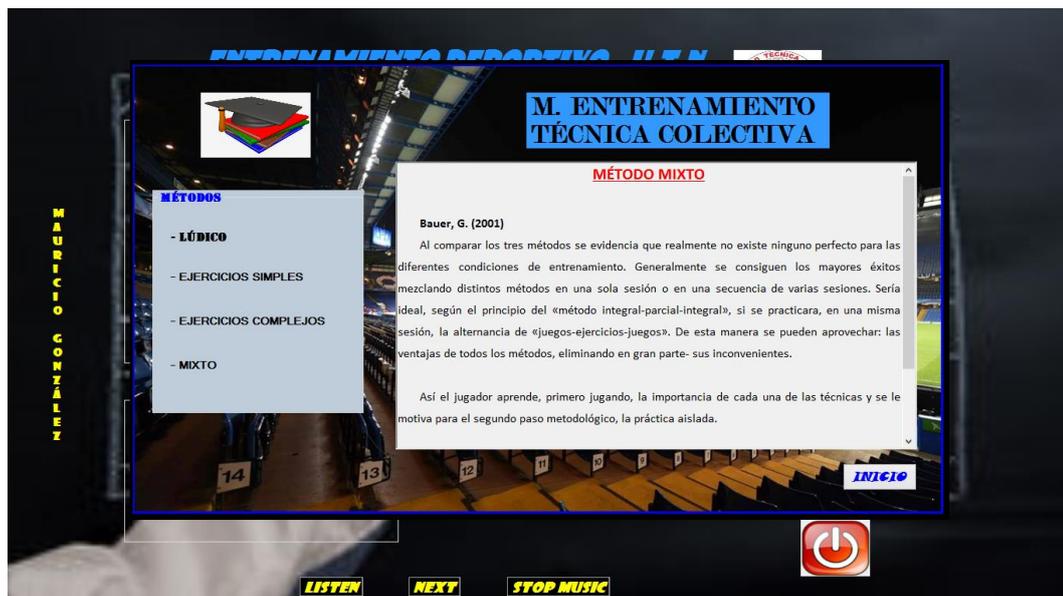


Figura 10. Método Mixto

Si se hace clic en la opción INICIO que se muestra en la parte inferior derecha de la pantalla, lleva automáticamente a la pantalla inicial de la Guía Didáctica.

En la pantalla de inicio al dar clic en la opción Método como Estilo de Enseñanza se ingresa y se puede observar varias opciones con su respectiva información.

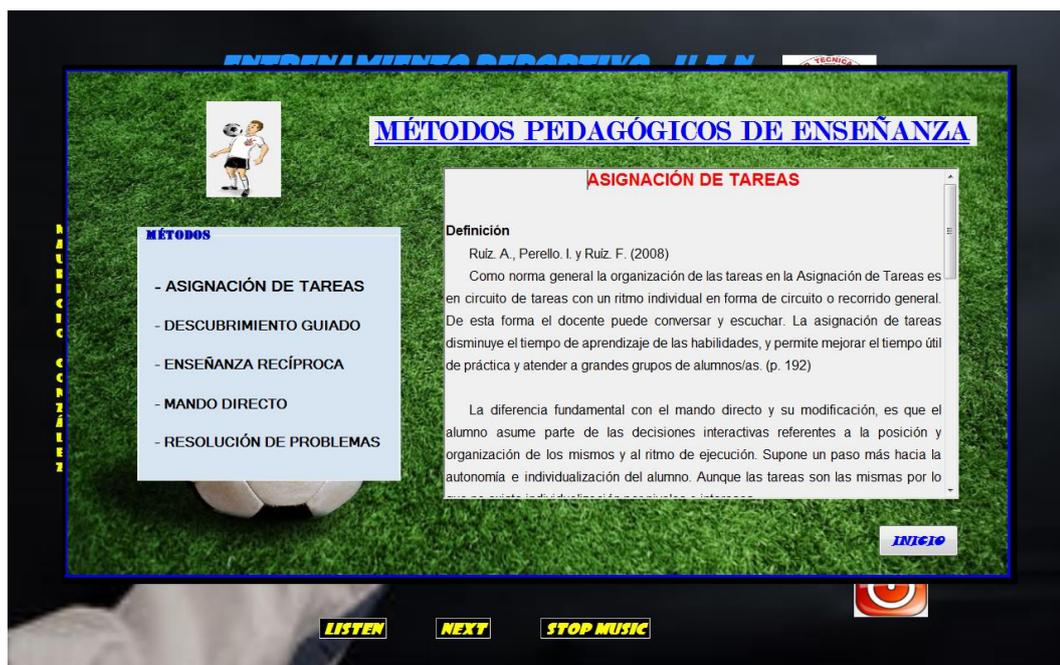


Figura 11. Pantalla de inicio para la opción Método como Estilo de enseñanza

MANDO DIRECTO.

Definición

Varela. A., Mata. A. y Freire. R. (2008)

Se caracteriza en que el papel del alumno/a es responder a los estímulos que le da el profesor, que es quien organiza toda la actividad: objetivos, contenidos, materiales. Además decide el comienzo el final y el ritmo de trabajo en las actividades pero dejando un hueco para la libertad y autonomía del grupo. Sus características son: docente determina la organización de la clase, el esquema de trabajo es: demostración explicación, ejecución y evaluación. (p. 25)

En su origen y aplicación más estricta, el mando directo tiene una raíz militar. Este estilo tradicional ha sido el más utilizado en E.F. y, según diversos autores como Contreras (1994) todavía sigue siéndolo.

Objetivo:

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor
- Enseñanza masiva

Papel del profesor:

- El profesor tiene prevista toda la actuación docente siguiendo un esquema lineal
- Control y disciplina severa
- Se procede a explicar y demostrar el gesto o ejercicio a realizar por el grupo de alumnos
- Se actúa sobre toda la clase

Papel del alumno:

- Sometimiento a las directrices del maestro
- Los alumnos obedecen
- No tienen decisión ni autonomía

Planificación y desarrollo de la clase:

- La organización y control es muy importante, manteniendo formaciones geométricas y de manera estricta
- La posición y evolución del grupo es formal en formas geométricas
- Posición del profesor destacada y externa al grupo, con control constante
- Procedimiento de clase: explicación verbal y demostración visual por parte del profesor, ensayo ocasional, repetición siguiendo el ritmo impuesto (conteo rítmico), sistema de señales que regulan la acción (principio y fin) y correcciones de tipo masivo y general

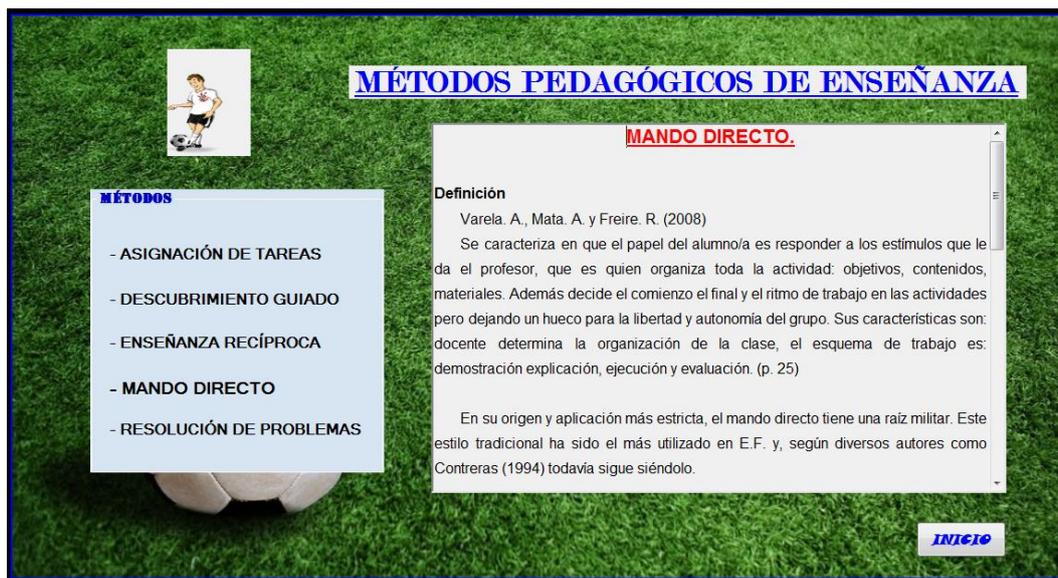


Figura 12. Mando Directo

ASIGNACIÓN DE TAREAS

Definición

Ruíz. A., Perello. I. y Ruíz. F. (2008)

Como norma general la organización de las tareas en la Asignación de Tareas es en circuito de tareas con un ritmo individual en forma de circuito o recorrido general. De esta forma el docente puede conversar y escuchar. La asignación de tareas disminuye el tiempo de aprendizaje de las habilidades, y permite mejorar el tiempo útil de práctica y atender a grandes grupos de alumnos/as. (p. 192)

La diferencia fundamental con el mando directo y su modificación, es que el alumno asume parte de las decisiones interactivas referentes a la posición y organización de los mismos y al ritmo de ejecución. Supone un paso más hacia la autonomía e individualización del alumno. Aunque las tareas son las mismas por lo que no existe individualización por niveles o intereses.

Objetivo:

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor
- Papel del profesor:
- Ya no es tan destacado, pues traslada a los alumnos algunas decisiones (ritmo, cadencia de ejecución, ubicación en el terreno)
- Papel del alumno:
- Más activo comienzan a tener cierta responsabilidad

Planificación y desarrollo de la clase:

- Está centrada en la organización de la tarea.
- Se parte de una organización muy bien cuidada y de una información inicial, de carácter general, clarificadora.
- Las tareas son planteadas por el docente en forma de circuito o recorrido general, pero las tareas son las mismas, mismo trabajo para todos.
- La organización será masiva o en subgrupos
- Durante la ejecución el profesor administra feedback, estimulando e interactuando con los alumnos.
- Evaluación:
- Tiene como único responsable al profesor. Centrada en el producto.
- Contenidos:
- Deportes. Enseñanza de la técnica tanto en individuales, de adversario y colectivos
- Preparación física a través de ejercicios físicos
- Actividades físicas en la naturaleza, como piragüismo, vela, acampada, senderismo.

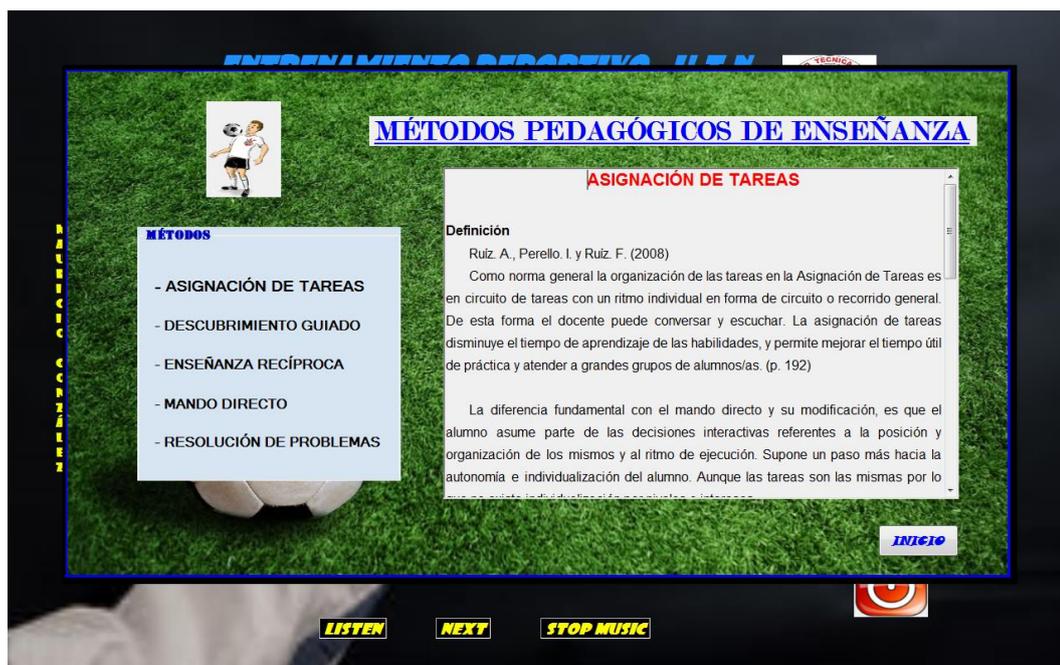


Figura 13. Asignación de Tareas

ENSEÑANZA RECÍPROCA

Definición

Ruíz. A., Perello. I. y Ruíz. F. (2008)

La peculiaridad de este estilo se localiza en el proceso evaluador. El profesor traspasa la decisión del feedback al alumno, este último deberá aprender a usar el feedback, de manera que le sea útil a su compañero. La esencia de este estilo consiste en que los alumnos se organizan por parejas o tríos para realizar la tarea encomendada por el profesor, y son ellos mismos los que corrigen sus defectos. (p. 195)

La realidad de la educación física actual nos permite aplicar distintos estilos de enseñanza en nuestras clases. En esta ocasión lo que se pretende es mostrar la puesta en práctica del estilo de enseñanza "enseñanza recíproca", el cual está encuadrado dentro de los estilos de enseñanza participativos.

Objetivo:

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor y observado por un alumno que toma nota y evalúa.

Papel del profesor:

- Ya no es tan destacado, pues traslada a los alumnos algunas decisiones (ritmo, cadencia de ejecución de los ejercicios, ubicación en el terreno, evaluación)

Papel del alumno:

- Más Activo. Comienzan a tener cierta responsabilidad como decidir, evaluar, proporcionar Feedback

Planificación y desarrollo de la clase:

- La planificación corresponde por entera al docente (decisiones preactivas). Quien elabora la hoja de enseñanza recíproca y establece las secuencias de tareas con sus correspondientes aspectos a evaluar.
- Se deben elegir pocos puntos a observar, sólo los más significativos.
- Existen criterios de ejecución (correcto-incorrecto)
- La observación debe ser guiada por una hoja de tareas
- Se parte de una organización muy bien cuidada (parejas) y de una información inicial, de carácter general, pero muy clarificadora del proceso. Los alumnos se observan entre sí la realización de los ejercicios (uno ejecutante y otro observador y a la inversa).
- Puede atender a las diferencias individuales de los alumnos (realizar el ejercicio según su ritmo o nivel) sin que esto suponga individualiza, pues sigue siendo el mismo trabajo para todos.

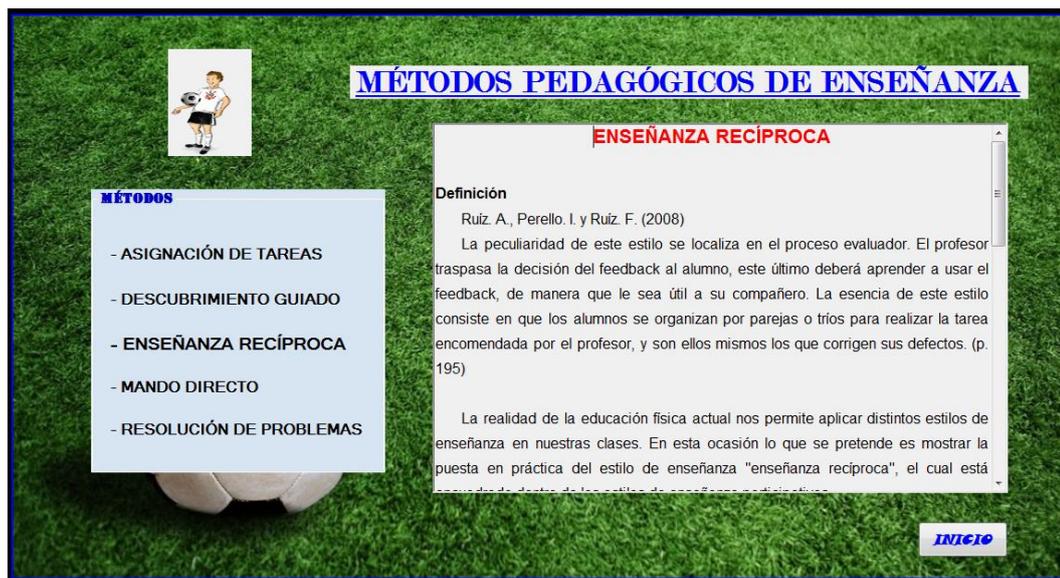


Figura 14. Enseñanza Recíproca

DESCUBRIMIENTO GUIADO

Definición

Ruíz. A., Perello. I. y Ruíz. F. (2008)

Una persona cuando realiza diversos movimientos, tiene diversas formas para obtener información sobre su ejecución. El alumno puede obtener información a través del profesor o de un compañero, estaríamos hablando entonces del feedback externo, o puede obtener la información por sí mismo, y estaríamos hablando del feedback interno. (p. 200)

Objetivo:

- Descubrimiento de la respuesta al problema motor planteado por el docente
- Establecer una disonancia cognitiva en el alumno a través de un reto donde tenga que trabajar utilizando la psiquis y su motricidad.

Papel del profesor:

El profesor orienta el aprendizaje de los alumnos pero permitiendo que sean ellos los que investiguen, tomen decisiones y descubran

Papel del alumno:

- Buscar la respuesta al problema motor planteado

Planificación y desarrollo de la clase:

- Proceso investigativo, no completo, guiado y centrado en el proceso.
- Líneas didácticas de actuación:
 - ❖ No indicar la respuesta
 - ❖ Esperar siempre la respuesta del alumno (primero verbal, luego motriz)
 - ❖ Reforzar las respuestas correctas
 - ❖ Ofrece sugerencias adicionales a las incorrectas
 - ❖ No enseña mediante el modelo, aunque lo busque en ocasiones
 - ❖ Permite mayor participación e implicación cognitiva del alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
 - ❖ La individualización depende del tipo de tareas a resolver (respuestas masivas o grupales, o individuales)

The image shows a presentation slide with a green grass background. At the top center, there is a title box with the text "MÉTODOS PEDAGÓGICOS DE ENSEÑANZA" in blue. To the left of the title is a small icon of a soccer player. Below the title, there are two main content areas. On the left, a light blue box titled "MÉTODOS" lists five items: "- ASIGNACIÓN DE TAREAS", "- DESCUBRIMIENTO GUIADO", "- ENSEÑANZA RECÍPROCA", "- MANDO DIRECTO", and "- RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS". On the right, a white box titled "DESCUBRIMIENTO GUIADO" contains a "Definición" section with a citation "Ruiz A., Perello I. y Ruiz F. (2008)" and a paragraph explaining the concept. Below this is an "Objetivo:" section with two bullet points. At the bottom right of the slide, there is a small blue button labeled "INICIO".

MÉTODOS

- ASIGNACIÓN DE TAREAS
- DESCUBRIMIENTO GUIADO
- ENSEÑANZA RECÍPROCA
- MANDO DIRECTO
- RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

DESCUBRIMIENTO GUIADO

Definición

Ruiz A., Perello I. y Ruiz F. (2008)

Una persona cuando realiza diversos movimientos, tiene diversas formas para obtener información sobre su ejecución. El alumno puede obtener información a través del profesor o de un compañero, estaríamos hablando entonces del feedback externo, o puede obtener la información por sí mismo, y estaríamos hablando del feedback interno. (p. 200)

Objetivo:

- Descubrimiento de la respuesta al problema motor planteado por el docente
- Establecer una disonancia cognitiva en el alumno a través de un reto donde tenga que trabajar utilizando la psiquis y su motricidad.

INICIO

Figura 15. Descubrimiento Guiado

LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Definición

Omeñaca. R., Puyelo. E. y Ruíz. J. (2001)

Es un método inductivo de aprendizaje basado en la búsqueda y el descubrimiento, por parte de los alumnos, de respuestas que den solución a las cuestiones planteadas en torno a un problema, normalmente en nuestra área curricular, de carácter motriz. Este método se encuentra su fundamentación en la teoría de la disonancia cognitiva de Festinger (1957): el alumno, ante la insatisfacción mental (estado de disonancia cognitiva) que produce una situación, inicia un proceso de posibles soluciones. (p. 41)

Es el estilo más representativo de la técnica de Indagación o búsqueda. El alumno es el verdadero protagonista del proceso de E-A. Es el nivel más avanzado dentro de los estilos cognoscitivos, el alumno debe encontrar la respuesta por sí solo, a través de la búsqueda.

Objetivo:

- Búsqueda cognitiva o motriz de posibles soluciones a los problemas-tarea que plantea el docente
- Repetición de las soluciones para verificar la validez

Papel del profesor:

- Elabora y ofrece toda la información inicial del proceso al alumno

Papel del alumno:

- Cada alumno busca las posibles soluciones a la tarea
- Activo, protagonista del proceso E-A.

Planificación y desarrollo de la clase:

- Lo esencial es que el alumno debe buscar y encontrar por sí mismo las respuestas con total libertad.
- El profesor refuerza todas las respuestas, no critica negativamente
- No se busca un modelo único, todas las respuestas son válidas
- Mayor individualización y respuestas cognitivas.
- Aprendizajes más lentos pero afianzados, y con alto grado de motivación
- Desarrollo de la clase:
 - ❖ Presentación del problema o actividad a desarrollar
 - ❖ Actuación individual del alumno según su ritmo y capacidad
 - ❖ Se animarán y reforzarán las respuestas motrices del alumno con conocimiento de resultados afectivos

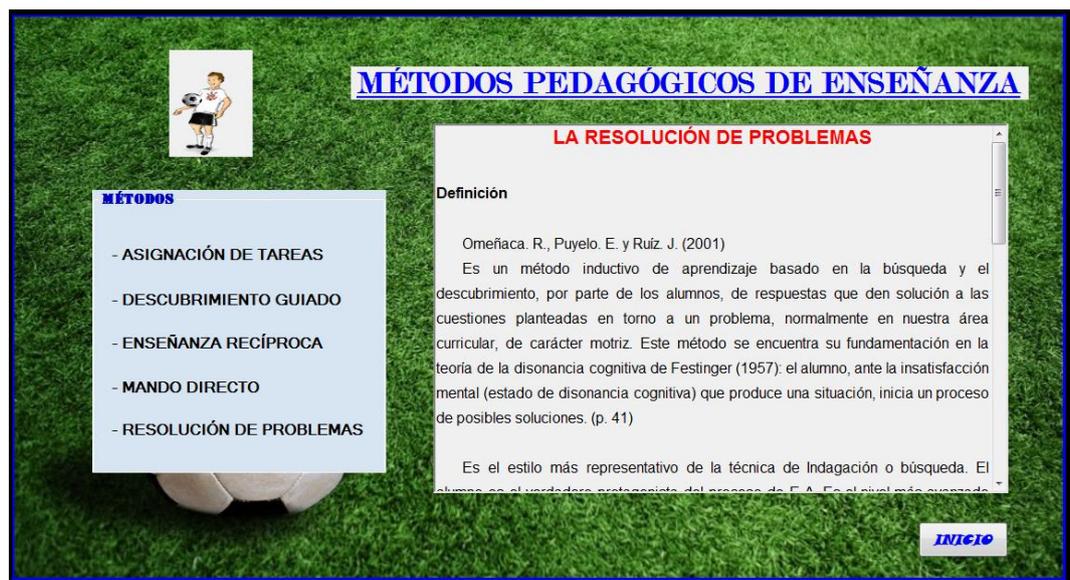


Figura 16. Resolución de Problemas

En la parte inferior derecha se tiene la opción INICIO que al dar clic lleva a la pantalla de inicio de la guía Didáctica, al estar en esta se muestra la opción de la Técnica Colectiva del Fútbol aquí se tiene una pantalla de la siguiente manera.



Figura 17. Pantalla de inicio de la Técnica Colectiva del Fútbol

Al igual que en los otros casos se tiene opciones donde el usuario puede dar clic y así de esta manera se tendrá la información que requiera.

ACCIONES COMBINADAS

Definición

Velasco, J., Lorente, J. (2003)

Se denomina acciones combinadas a las acciones realizadas entre dos o más jugadores, con el objetivo de crear superioridad numérica o posicional que permita aprovechar esta circunstancia para el juego de ataque los procedimientos tácticos colectivos son un complemento a los sistemas de juego y a las acciones individuales, ya que se pueden realizar dentro de cualquier tipo de ataque, al igual que sucede con un desmarque o con un regate. (p.195, 196)

Son aquellas acciones técnicas entre dos o más compañeros de un mismo equipo cuyo objetivo o finalidad es la consecución del gol. Es la técnica de conjunto, donde con acciones combinadas repartimos mejor el

esfuerzo de los jugadores del equipo, aumentando las posibilidades de desmarques y apoyos de los demás compañeros.

Es la sucesión de toda clase de acciones técnicas individuales (controles, pases, conducciones, regates, etc) que se van sucediendo en la intervención de varios jugadores y que por el hecho de encadenarse e irse relacionando forman una acción combinada o combinada.

Las acciones combinada exigen excelentes facultades técnicas y tácticas y están compuestas de diversas acciones técnicas individuales interrelacionadas mediante los pases y a través de una demarcación continua.



Figura 18. Acciones Combinadas

RELEVO

Definición

Sans, A. (2000). Manifiesta que: “la transmisión del medio o de la iniciativa. Es asimismo la acción de mantener el medio en poder del mismo equipo, mediante un cambio de mando en el jugador-balón”. (p.78)

Es la transmisión del medio o de la iniciativa. Es asimismo la acción de mantener el medio en poder del mismo equipo, mediante un cambio de mando en el jugador - balón.

Es la acción de transmisión recogida del balón que se realiza entre dos jugadores de un mismo equipo sin que exista un desplazamiento del esférico.

El relevo es la acción técnica de la transmisión del balón en que hay cambio de poseedor y de iniciativa organizativa, dando la responsabilidad y funciones al nuevo poseedor.

Es una acción que en el fútbol moderno, poco a poco, va perdiendo su utilidad, ya que en gran parte de las ocasiones puede ser sustituida por un pase.

Dicha acción se realiza fundamentalmente en zonas de creación para trasladar la iniciativa del juego de un compañero a otro. El organizador del equipo se ayuda de esta acción técnica-táctica para tener la iniciativa, y sus compañeros colaboran en el terreno de juego.

El que realiza el relevo debe percibir la situación del juego, la posición de los oponentes, y, sobre todo, para que sea eficaz, debe poseer una gran coordinación motriz, velocidad de desplazamiento y de trayectorias para continuar con la posesión del balón superando al compañero y al oponente más próximo con facilidad.

En la realización del relevo no es imprescindible que exista un oponente próximo, pero efectivamente es mucho más eficaz el realizarlo con oponente y superarlo.

Tipos de Relevos

Relevo frontal.- Es cuando ambos compañeros llevan sentidos opuestos y realizan la transmisión del balón, frente a frente.

Relevo en diagonal.- Es cuando ambos compañeros llevan direcciones convergentes. Requiere una gran percepción de velocidades y de distancias, para transmitirse el balón.

Relevo dorsal (por detrás).- Es cuando ambos compañeros llevan sentidos iguales, rebasando al poseedor por detrás de su eje corporal, llevando el balón a más velocidad.



Figura 19. Relevo

EL PASE

Definición

López J (2011)

Es el fundamento técnico básico del juego de conjunto, es un acuerdo tácito entre dos jugadores

que llegan a ser dos puntos de unión del balón. El pase se realiza con cualquier parte del cuerpo que no penalice el reglamento de fútbol". (p. 34)

Es la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque; por lo tanto, es el principio del juego colectivo y nos permite llegar al objetivo previsto en el menor tiempo posible.

Portugal M(2008)

El pase es la principal acción técnica en el juego colectivo. El perfeccionamiento de las interacciones colectivas se basa en la idea de que en un partido hay una serie de momentos que se repiten; estos, como es natural, no constituyen todo el encuentro, pero en un grado importante determinan las acciones básicas de los futbolistas. (p. 96)

Observaciones a tener en cuenta en el pase

- Un jugador parado no deseará jamás un balón enviado por delante de él.
- Un jugador que se desplaza a un espacio libre es normal que solicite el balón por delante de él.
- Ejecutar bien el pase es conservar la iniciativa del juego y por tanto es importante para el equipo.
- Es tan importante la actitud de quien posee el balón como la de quien lo recibe; por tanto, es un aspecto analizar profundamente.

Superficies de contacto

PIE: interior, exterior, empeine, puntera, talón, planta.

PIERNA: muslo.

TRONCO: pecho y cabeza.

Trayectorias: Con efectos y sin efectos (salvar obstáculos).

Con manos: Solamente el portero. En saques de banda.

Otras superficies de contacto: Todas las del cuerpo, menos brazos y manos (excepto el portero dentro de su área de penalty y en saque de banda).

Cabeza: Frontal, parietal, occipital.

Pecho.

Muslo.

Rodilla (como recurso).



Figura 20. El Pase

También se tiene en la pantalla de inicio de la Guía Didáctica la opción Videos, donde se podrá seleccionar diferentes videos de deportistas en entrenamientos donde se aplican los métodos revisados en la teoría.



Figura 21. Pantalla de inicio opción VIDEOS

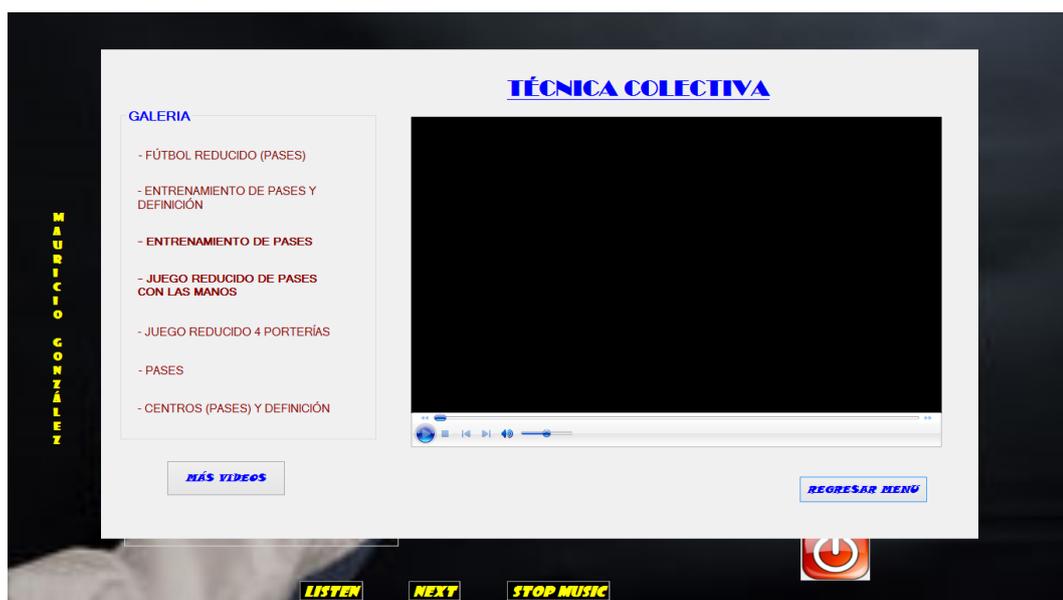


Figura 22. Pantalla principal de la opción VIDEOS

GALERÍA DE VIDEOS.

FÚTBOL REDUCIDO (PASES).

Dos equipos, tres porterías; un equipo defiende dos porterías.



Figura 23. Función Videos

ENTRENAMIENTO DE PASES Y DEFINICIÓN.

Una portería dos grupos de deportistas, pase y definición



Figura 24. Función Videos

ENTRENAMIENTO DE PASES

Dos grupos de deportistas, repasan pases y cambio de orientación.

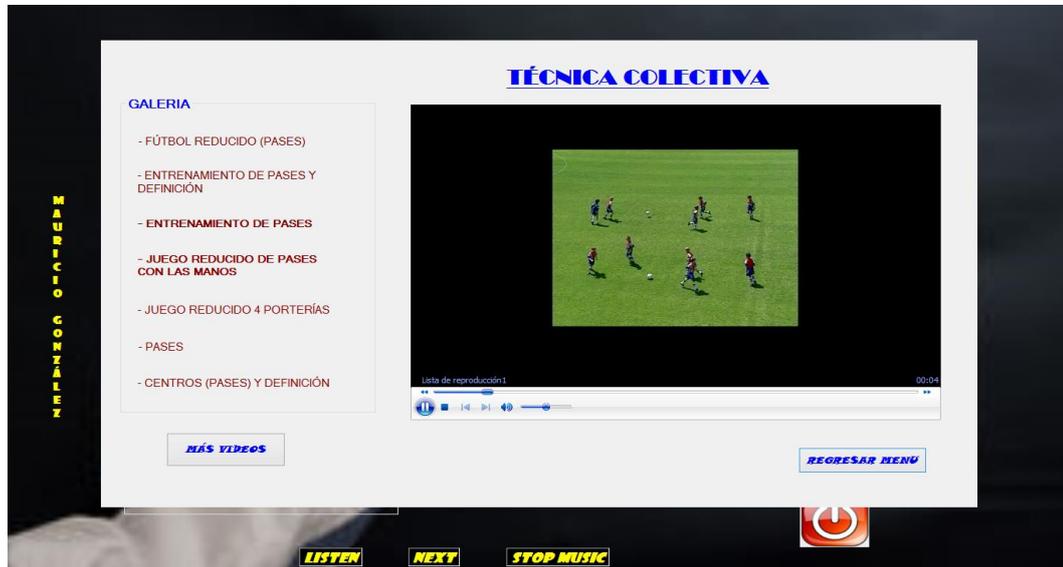


Figura 25. Función Videos

JUEGO REDUCIDO DE PASES CON LAS MANOS

Los deportistas realizan pases con las manos, y evitan los goles con la cabeza.



Figura 26. Función Videos

JUEGO REDUCIDO 4 PORTERÍAS

Dos equipos que mediante pases tratan de convertir en las porterías de enfrente.



Figura 27. Función Videos

PASES

Dos porterías, y los deportistas ubicados en lugares determinados realizan una serie de pases.



Figura 28. Función Videos

CENTROS (PASES) Y DEFINICIÓN

Los deportistas realizan centros de media y larga distancia, otros buscan definir en una portería.

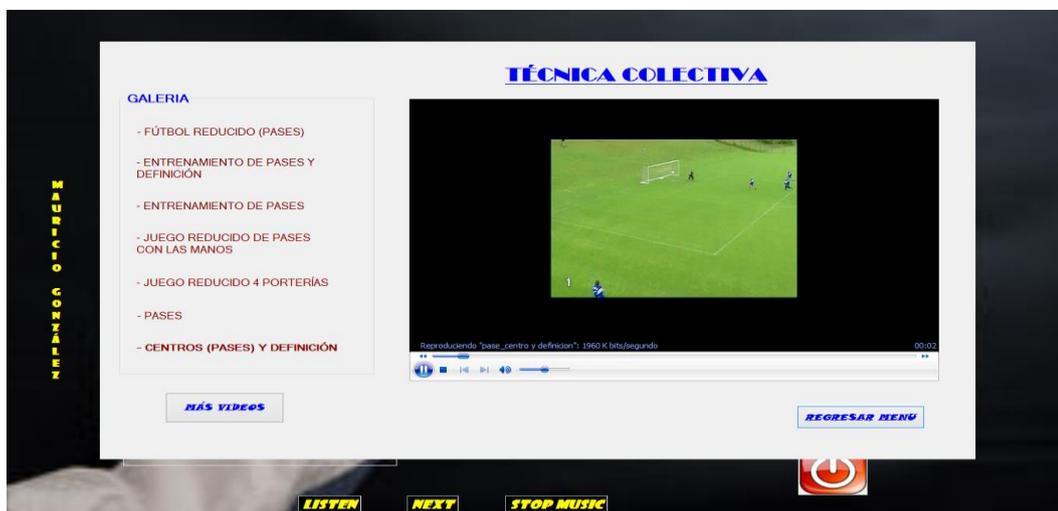


Figura 29. Función Videos

6.7 IMPACTO

6.7.1 Impacto Pedagógico

La guía didáctica interactiva podrá ser utilizada por entrenadores y profesores que estén al frente de los equipos de fútbol de los colegios investigados, esta guía permitirá mejorar en los entrenamientos de la técnica colectiva de fútbol con lo que los grandes beneficiados serán los deportistas quienes aplicarán la técnica de manera adecuada.

En el ámbito cognitivo debido a la adquisición de conocimientos y de habilidades intelectuales. En el ámbito afectivo, en la relación entrenador deportista.

6.7.2 Impacto Social

La realización de esta propuesta puede considerarse una manera didáctica, pedagógica que permita conocer y guiarse para sacar las

conclusiones adecuadas sobre el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol mediante el uso de los métodos adecuados, considerándose como una gran ayuda para todas las personas que se encuentren vinculadas con la preparación de futbolistas, entre estos se entienden: monitores, entrenadores, profesores de educación física, y dirigentes deportivos.

También puede llegar a ser una manera de complementar a los deportistas en caso de ser necesario de que ellos busquen mayor información para comprender lo que el entrenador pide en cada entrenamiento.

6.8. DIFUSIÓN

La socialización de la presente propuesta se la realizó a los entrenadores, profesores encargados de los equipos de fútbol, profesores del área de Cultura Física, autoridades y alumnos que estudian en los Colegios de Bachillerato “Nelson Torres” y “Natalia Jarrín”, que fueron motivo de la presente investigación, acerca de los métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol.

6.9. BIBLIOGRAFÍA.

1. ARDÁ, T., CASAL, C. (2003). Metodología de la Enseñanza del Fútbol. Editorial Paidotribo. Barcelona – España
2. BARBADO, C, CARRETERO, D. (2007), Manual del ciclo indoor avanzado. Editorial. Paidotribo, Barcelona España.
3. BAUER, G. (2001). Entrenamiento de la Técnica, la táctica y la Condición Física. Editorial Hispano europea, España.
4. BEADE, F. (2010). Aplicaciones Prácticas Desde La Preparación Física. Instituto Monsa Ediciones, Barcelona.
5. BEACHLE R. Y EARLE W. (2007). _ Editorial, Panamericana. Madrid España

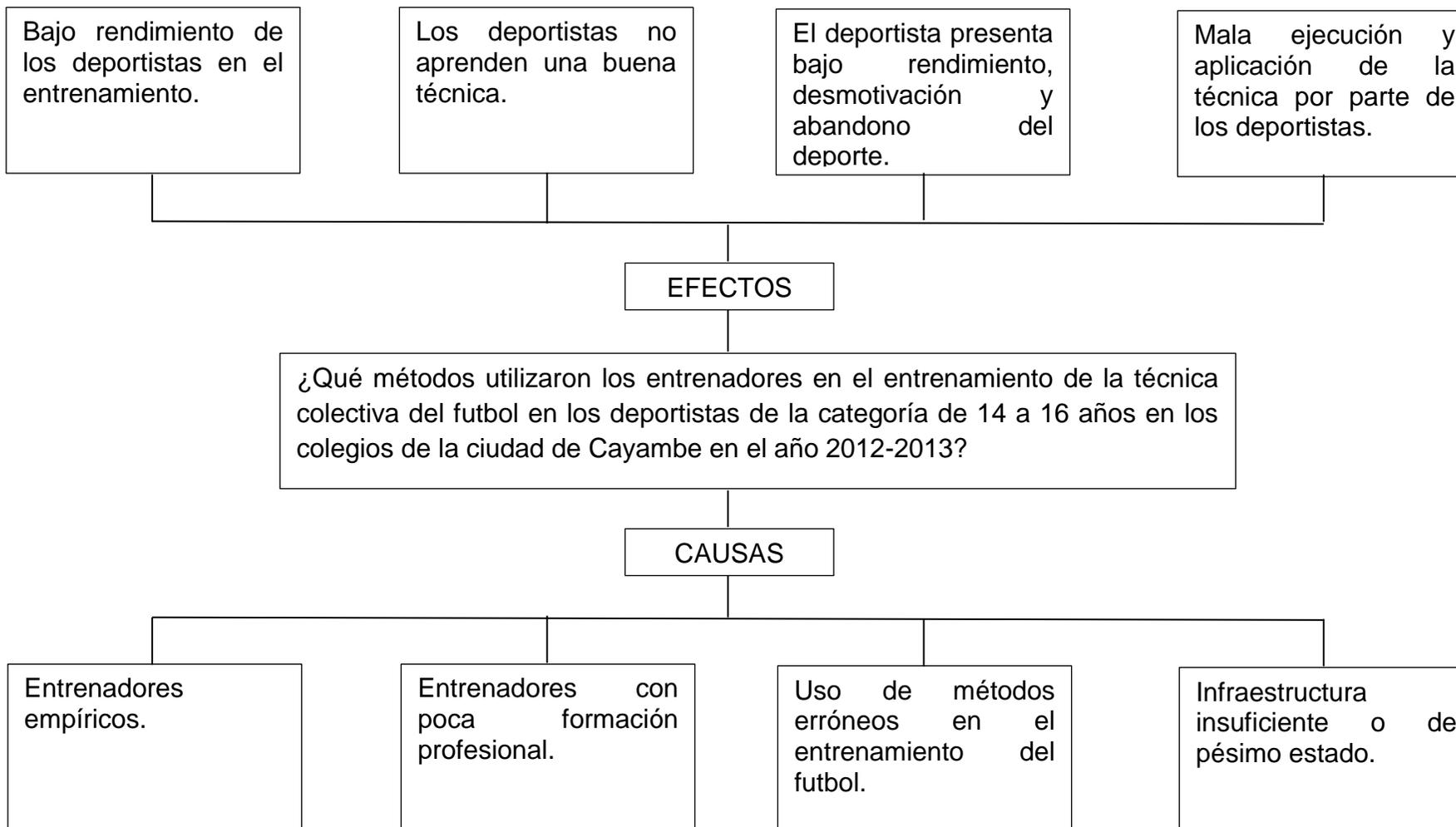
6. BERGER, K. (2007). Psicología Del Desarrollo Infantil Y Adolescencia. Editorial, Panamericana. Madrid España.
7. BLÁZQUEZ, D. (2005). La Iniciación Deportiva y el Deporte Escolar. Cuarta Edición. INDE Publicaciones, España
8. BONFANTI, M., PERENI, A, (2002). Balón Parado. Editorial Paidotribo España
9. BUCHER, W. y BRUGGEMANN, B. (2010). 100 ejercicios y juegos de Fútbol base. Editorial Hispano Europa Cuarta edición, Barcelona-España.
10. CAMPOS, J. CERVERA, V. (2003). Teoría y planificación del Entrenamiento Deportivo. Ed. Paidotribo. Barcelona, España.
11. CAMPUZANO, SALUSTIANO LÓPEZ (2014). Los Principios del Entrenamiento Deportivo: Aplicación para el fútbol. Editorial, País. España
12. CANTATORE, C. (2008), Escuela De Fútbol: Del Aprendizaje A La Alta Competición, 5^{ta} Edición Actualizada Ediciones Tutor, S, A
13. CASÁIS M., PEÑA L. (2010). El Diseño De Tareas En El Entrenamiento De La Técnica En El Fútbol. Orientación Metodológica. Instituto Monza Ediciones, Barcelona
14. CEJUELA, A., CHINCHILLA, J., CORTELL, J., PÉREZ, J. (2010) Nuevas Tendencias En Entrenamiento Deportivo
15. CORREA, J. CORREDOR, D. (2009). Principios y métodos para el entrenamiento de la fuerza muscular. Ed. Universidad del Rosario, Bogotá Colombia.
16. DIETRICH M, CARL K, LEHNERTZ K. (2007). Manual De Metodología Del Entrenamiento Deportivo. Editorial Paidotribo, Barcelona España
17. DIETRICH, M., NICOLAUS J, OSTROWSK, I., ROST, K. (2004), Metodología, General Del Entrenamiento Infantil Y Juvenil, Editorial Paidotribo, Barcelona España
18. FERMOSO, P. (2007). Teoría de la Educación. Editorial Universidad estatal a distancia, San José, Costa Rica

19. FERREIRO, G. (2003), Estrategias Didácticas Del Aprendizaje Cooperativo. Editorial Trillas, México
20. FLE Ó., TENA M., SOLANA J. (2009) Metodología de la Enseñanza y del Entrenamiento Deportivo en el Fútbol. Edita: Escuela Aragonesa de Entrenadores de Fútbol España. 1ª Edición: Septiembre 2009. Imprime: Kronos.
21. GALLEGO, A., GARCÍA, A. (2006). Fútbol Sala. Táctica defensiva. Editorial Paidotribo, Barcelona, España.
22. GÓMEZ, P. (2011). La Preparación Física Del Fútbol Contextualización En El Fútbol. Editorial MCSports (Moreno & Conde S.L)
23. HABA, L. (2012). Metodología del Entrenamiento Deportivo. Primera Edición, Argentina.
24. Hernández, J. (2000). La Iniciación a los Deportes Desde su Estructura y Dinámica. Primera Edición. INDE Publicaciones, España.
25. HOHMANN, A. (2005). Introducción a la Ciencia del Entrenamiento. Editorial Paidotribo, Barcelona, España.
26. ISSURIN, V. (2012). Entrenamiento Deportivo Periodización en Bloques. Editorial Paidotribo, Barcelona España.
27. LOPEZ, J. FERNANDEZ, A. (2008). Fisiología del Ejercicio. Ed. Panamericana. S.A. Buenos Aires, Argentina.
28. MORENO, M. (2003). Filosofía, Antropología, Psicología y Sociología. Editorial Mad, España.
29. OMEÑACA. R., PUYELO. E. Y RUÍZ. J. (2001). Explorar, Jugar, Cooperar. Editorial Paidotribo. Barcelona España.
30. PACHECO, R. (2004). Enseñanza y Entrenamiento del Fútbol. Primera Edición. Editorial Paidotribo, Barcelona – España.
31. PORTUGAL, M. (2008). Medios de Entrenamiento con Balón, Ed. Gymnos, España.
32. RIVAS, M. (2008). Fútbol: Guía didáctica para la enseñanza de la técnica. Niños y adolescentes de 8 a 16 años. Universidad Nacional. Costa Rica.

33. RIVEROLA, R. (2011) Metodología del Entrenamiento. La importancia de la práctica. Revista Digital. España.
34. Romero, S. (2001). Formación Deportiva. Editorial Salamanca, Sevilla – España
35. RUÍZ. A., PERELLO. I. Y RUÍZ. F. (2008). Educación Física Volumen VI. Editorial MAD, S. I., Madrid España.
36. SANS, A. (2000). Entrenamiento en el futbol base. Ed. Paidotribo, Barcelona España.
37. TAMARIT, X. (2009). ¿Qué es la “Periodización Táctica”?
38. VARELA. A., MATA. A. Y FREIRE. R. Un Prácticum Para Una Realidad Educativa Concreta: 3er Ciclo de educación Física en Primaria. (2008)
39. VELASCO, J., LORENTE, J. (2003). Entrenamiento de Base en Fútbol Sala. Editorial Paidotribo Barcelona – España
40. WARREN, W., DANNER, G. (2004). Futbol: Guía De Supervivencia Del Entrenador De Futbol. Editorial Paidotribo Barcelona – España.
41. WEINECK, J. (2005). Entrenamiento total. Ed. Paidotribo. Barcelona, España.

ANEXOS

ANEXO 1: ÁRBOL DE PROBLEMAS



ANEXO 2: MATRIZ CATEGORIAL

<p style="text-align: center;">Formulación del Problema</p> <p>¿La inadecuada utilización de los métodos de entrenamiento por parte de los entrenadores incide en el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013?</p>	<p style="text-align: center;">Objetivo General</p> <p>Determinar los métodos que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013.</p>
<p style="text-align: center;">Preguntas Directrices</p> <p>¿Qué nivel de conocimiento sobre la metodología para entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol tienen los entrenadores de los colegios en las categorías 14 a 16 años en la ciudad de Cayambe en el año 2012 - 2013?</p> <p>¿Qué nivel de desarrollo de la técnica colectiva del fútbol tienen los deportistas de la categoría 14 a 16 años de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013?</p>	<p style="text-align: center;">Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diagnosticar el nivel de conocimiento de los entrenadores que se encuentran al mando de las selecciones, mediante encuestas sobre el uso de los diferentes métodos de entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol en los deportistas de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013. ➤ Valorar el nivel de desarrollo de la técnica colectiva del fútbol de los deportistas de la categoría 14 a 16 años de los colegios de la ciudad de Cayambe en el año 2012-2013. ➤ Elaborar una propuesta alternativa, que permita a los entrenadores mejorar la metodología que usan para el entrenamiento de la técnica colectiva del futbol, en los deportistas de la categoría de 14 a 16 años en los colegios de la ciudad Cayambe en el año lectivo 2012-2013.

ANEXO 4: ENCUESTA A DEPORTISTAS

1 ¿El entrenador, antes de iniciar la sesión de entrenamiento deja claro el objetivo de lo que se trabajará en la misma?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

2 ¿El entrenador utiliza medios (videos, imágenes) para que usted comprenda mucho mejor los fundamentos técnicos?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

3 ¿El entrenador tiene facilidad para pasar de lo teórico a lo práctico en el entrenamiento?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

4 ¿El entrenador detiene y corrige los errores si se presentan en el entrenamiento?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

5 ¿El entrenador usa elementos (conos, estacas, cintas, platos, balones, etc.) que permitan tener un entrenamiento organizado?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

6 ¿El entrenador explica y luego ejecuta el ejercicio que pide al deportista que efectúe?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

7 ¿Cree que su entrenador tiene conocimientos sobre métodos de entrenamiento?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

8 ¿El entrenador facilita información para que mejores en los entrenamientos de la técnica individual y colectiva?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

9 ¿Si no entiendes algo que el entrenador manifiesta (dice), se le puede pedir que vuelva a explicar?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

10 ¿El entrenador ayuda a los deportistas cuando ellos no logran ejecutar un movimiento técnico?

Respuesta		
Nunca	A veces	Siempre

ANEXO 5: ENCUESTA A ENTRENADORES

1 ¿Se puede aplicar el entrenamiento de la técnica colectiva a los deportistas de la categoría 14-16 años?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

2 ¿Puede distinguir entre los métodos de entrenamiento y los métodos de enseñanza aprendizaje?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

3 ¿Para que los deportistas capten mejor los objetivos a desarrollar en el entrenamiento usa elementos como imágenes, videos u otros?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

4 ¿Permite que los deportistas expongan alguna inquietud en el desarrollo del entrenamiento?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

5 ¿Si un deportista no puede ejecutar cierto fundamento técnico, usted detiene la práctica y vuelve a explicar?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

6 ¿Luego de la explicación, usted realiza y demuestra a los deportistas lo que desea?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

7 ¿En las sesiones de entrenamiento, destina el tiempo necesario para el entrenamiento de la técnica colectiva del fútbol?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

8 ¿En las competencias, sus deportistas ejecutan los movimientos de técnica colectiva del fútbol que ha entrenado?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

9 ¿En los entrenamientos destina la misma cantidad de tiempo para práctica de la técnica individual y la técnica colectiva del fútbol?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

10 ¿Cree que en los entrenamientos tiene la misma importancia la técnica individual y la técnica colectiva del fútbol?

Respuesta			
Nunca	A veces	Siempre	Casi Siempre

ANEXO 6: FICHA DE OBSERVACIÓN A DEPORTISTAS

Institución:		
Categoría:		
Ficha de observación: Acciones combinadas, relevos técnicos, pases.		
	Frecuencia	%
Excelente		
Muy buena		
Buena		
Regular		
Insuficiente		
Total		

ANEXO 7: FOTOGRAFÍAS DE ENCUESTAS ALUMNOS Y ENTRENADORES COLEGIO DE BACHILLERATO NATALIA JARRÍN







ANEXO 8: FOTOGRAFÍAS DE ENCUESTAS ALUMNOS Y ENTRENADORES COLEGIO INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR NELSON TORRES







ANEXO 9: CERTIFICADOS



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

UNIVERSIDAD ACREDITADA RESOLUCIÓN 002 - CONEA - 2010 - 129 - DC.

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

H. CONSEJO DIRECTIVO

Oficio 4732 UTN-FECYT-HCD
27 de febrero del 2013

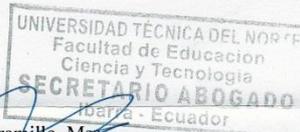
Magíster
Vicente Yandún
COORDINADOR DE LA CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Señor Coordinador:

El H. Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología en sesión Ordinaria del 27 de febrero del 2013, se resolvió aprobar el Plan de Trabajo de Grado tema: "**MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORÍA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LAS CIUDAD DE CAYAMBE EN EL AÑO 2012 - 2013**", perteneciente al señor: *González Flores Augusto Mauricio*, estudiantes de la Especialidad de **Licenciatura en Entrenamiento Deportivo**, y designar como Director del plan de trabajo de Grado al Msc. Fabián Yépez.

Atentamente,
CIENCIA Y TECNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO


Dr. Luis Chilguíngua Jaramillo, Msc.
SECRETARIO ABOGADO



Copia: Msc. Fabián Yépez.

**DIRECTOR DEL PLAN DE TRABAJO DE GRADO
COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN
INTERESADO**

Sr.: González Flores Augusto Mauricio,

Anita V.

Visión Institucional

La Universidad Técnica del Norte en el año 2020, será un referente en ciencia, tecnología e innovación en el país, con estándares de excelencia internacionales.

Av. 17 de Julio s-21 y José María
Córdova. Barrio El Olivo.
Teléfono: (06)2997800
Fax: Ext: 7011.
Email: utn@utn.edu.ec
www.utn.edu.ec
Ibarra - Ecuador

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

H. CONSEJO DIRECTIVO

Oficio 4732 UTN-FECYT-HCD
27 de febrero del 2013

Magíster
Vicente Yandún
COORDINADOR DE LA CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Señor Coordinador:

El H. Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología en sesión Ordinaria del 27 de febrero del 2013, se resolvió aprobar el Plan de Trabajo de Grado tema: "**MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORÍA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LAS CIUDAD DE CAYAMBE EN EL AÑO 2012 - 2013**", perteneciente al señor: *González Flores Augusto Mauricio*, estudiantes de la Especialidad de **Licenciatura en Entrenamiento Deportivo**, y designar como Director del plan de trabajo de Grado al Msc. Fabián Yépez.

Atentamente,
CIENCIA Y TECNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO


Dr. Luis Chiquinga Jaramillo, Msc.
SECRETARIO ABOGADO



Copia: Msc. Fabián Yépez.

**DIRECTOR DEL PLAN DE TRABAJO DE GRADO
COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN
INTERESADO**

Sr.: González Flores Augusto Mauricio,

Anita V.



CAYAMBE

COLEGIO NACIONAL "NATALIA JARRIN"

Cayambe, 30 abril 2015

Señores
Universidad Técnica del Norte
Presente.

CERTIFICACIÓN

El suscrito Director del Área de Cultura Física del Colegio de BACHILLERATO "NATALIA JARRÍN" certifica:

Que, el Señor **AUGUSTO MAURICIO GONZÁLEZ FLORES**, con cédula de identidad Nro. 1720304912, estudiante de Licenciatura de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte, realizó en esta Institución encuestas a los docentes y estudiantes sobre métodos de entrenamiento que utilizan los Profesores y Entrenadores de fútbol en este plantel.

Es todo cuanto me permito certificar para los fines consiguientes.

Atentamente

COLEGIO
NATALIA JARRIN



Lic. Rómel Cruz **VICERRECTORADO**

DIRECTOR DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA



COLEGIO NACIONAL "NATALIA JARRIN"

CAYAMBE

Cayambe, 30 de abril 2015

Señores

Universidad Técnica del Norte

Presente

De mis consideraciones:

Por medio de la presente, **CERTIFICO** que el Señor Augusto Mauricio González Flores con cédula de ciudadanía 1720304912, realizó en esta Institución la socialización de la propuesta y tema de investigación "MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA DE 14 A 16 AÑOS EN EL AÑO 2012-2013", con los Docentes de Educación Física del plantel.

Atentamente

COLEGIO
NATALIA JARRIN



Lic. Rómel Cruz



DIRECTOR DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA

VICERRECTORADO



**COLEGIO DE BACHILLERATO INTERNACIONAL "NELSON
ISAURO TORRES"
CAYAMBE - ECUADOR**

Cayambe, 23 de Diciembre del 2014

CERTIFICACIÓN

El suscrito Rector (E) del Colegio de BACHILLERATO INTERNACIONAL "NELSON ISAURO TORRES" CERTIFICA:

Que, el señor **AUGUSTO MAURICIO GONZÁLEZ FLORES**, con Cédula de Identidad Nro. 1720304912, estudiante de Licenciatura de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte, realizó en esta Institución encuestas a los profesores y estudiantes sobre métodos de entrenamiento que usan los profesores entrenadores de fútbol en este plantel.

Es todo cuanto me permito certificar para los fines consiguientes.

Milton Méndez Aguilar

RECTOR (E)

MM/mga





COLEGIO DE BACHILLERATO INTERNACIONAL

"NELSON TORRES"

CAYAMBE - ECUADOR

2014-2015



Cayambe, 07 de mayo del 2015

CERTIFICACIÓN

El suscrito rector (E) del Colegio de Bachillerato Internacional "Nelson Torres" de la ciudad de Cayambe CERTIFICA:

Que, el señor **AUGUSTO MAURICIO GONZÁLEZ FLORES**, con Cédula de Identidad Nro. 1720304912, estudiante de Licenciatura de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte, realizó en esta institución la socialización de la propuesta y tema de investigación "**MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TECNICA COLECTIVA DE FUTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA 14 A 16 AÑOS EN ESTA INSTITUCIÓN EN LOS AÑOS 2012 Y 2013**", con los docentes del plantel.

Es todo cuanto me permito certificar para los fines consiguientes.



Milton Méndez Aguilar

RECTOR (E)





**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:	172030491-2		
APELLIDOS Y NOMBRES:	González Flores Augusto Mauricio		
DIRECCIÓN:	Ayora: Calle Guayas N5-16 y Riobamba (Cayambe-Ecuador)		
EMAIL:	amaury_gonf@yahoo.com		
TELÉFONO FIJO:	2138337	TELÉFONO MÓVIL:	0998139739

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	“MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL, EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LA CIUDAD CAYAMBE EN EL AÑO 2012-2013”.
AUTOR (ES):	González Flores Augusto Mauricio
FECHA:	2015/06/03
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	/ PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en la especialidad de Entrenamiento Deportivo
ASESOR /DIRECTOR:	Msc. Fabián Yopez

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, González Flores Augusto Mauricio, con cédula de identidad Nro. 172030491-2, 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 3 días del mes de junio del 2015

EL AUTOR:



(Firma)
Nombre: González Flores Augusto
C.C.: 172030491-2



Firma:
Ing. Betty Chavez
Encargada Biblioteca



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, González Flores Augusto Mauricio, con cédula de identidad Nro. 1720304912, 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: **MÉTODOS QUE UTILIZAN LOS ENTRENADORES EN EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL FUTBOL, EN LOS DEPORTISTAS DE LA CATEGORIA DE 14 A 16 AÑOS EN LOS COLEGIOS DE LA CIUDAD CAYAMBE EN EL AÑO 2012-2013 Y PROPUESTA ALTERNATIVA**, 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 3 días del mes de junio del 2015

EL AUTOR:

(Firma).....

Nombre: González Flores Augusto Mauricio

C.C.: 172030491-2