



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

**EVALUACION DE LOS PROCESOS DE ENTRENAMIENTO  
EN LA CATEGORIA SUB 18 DE LAS CATEGORIAS  
FORMATIVAS DEL CLUB DEPORTIVO ESPOLI DURANTE  
EL AÑO 2009.**

Tesis de grado previo a la obtención del título de  
Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

**AUTOR:**

**MERA BENALCAZAR JUAN CRUZ**

**DIRECTOR:**

**DR. VICENTE YANDUN**

Ibarra, julio 2009

## **ACEPTACION DEL TUTOR**

En mi calidad de tutor de la tesis de grado de la licenciatura en Entrenamiento Deportivo, nombrado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte.

### **CERTIFICO**

Que he analizado la Tesis de Grado cuyo título es:

**EVALUACION DE LOS PROCESOS DE ENTRENAMIENTO EN CATEGORIA SUB 18 DE LAS CATEGORIAS FORMATIVAS DEL CLUB DEPORTIVO ESPOLI DURANTE EL AÑO 2009.**

Y propuesta **GUIA METODOLOGICA PARA EL DESARROLLO DE LOS PROCESOS DE ENTRENAMIENTO DE LAS DIVISIONES FORMATIVAS DEL CLUB DEPORTIVO ESPOLI** Presentada por el Sr. Juan Cruz Mera Benalcàzar, C.I. 0400607230.

Como requisito previo para optar por el título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

Director:       Dr. Vicente Yandun  
                    CI. 100168468-5

## DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a la niñez y juventud deseosa de llevar una vida sana a través del deporte.

## AGRADECIMIENTO

A la Universidad Técnica del Norte por haberme dado la oportunidad de pertenecer a la Primera promoción de Entrenadores Profesionales en el Ecuador.

## INDICE GENERAL

<b>TEMA</b>		<b>PÁG.</b>
	Introducción	1
CAPITULO I		2
1	EL PROBLEMA DE INVESTIGACION	2
1.1	Antecedentes	2
1.2	Planteamiento del Problema	3
1.3	Formulación del Problema	4
1.4	Delimitación	4
1.5	Objetivos	4
1.6	Justificación	5
CAPÍTULO II		7
2	MARCO TEÓRICO	7
2.1	Fundamentación teórica	7
2.2	Posicionamiento Teórico personal	32
2.3	Glosario de términos	34
2.4	Matriz categorial	38
CAPÍTULO III		39
3	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	39
3.1	Tipo de investigación	39
3.2	Métodos	40
3.3	Técnica e instrumentos	41
3.4	Población y muestra	42
CAPÍTULO IV		43
4	ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS	43
CAPÍTULO V		64
5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	64
5.1	Conclusiones	64
5.2	Recomendaciones	65

	CAPÍTULO VI	67
6	PROPUESTA ALTERNATIVA	67
6.1	Título de la propuesta	67
6.2	Justificación e importancia	65
6.3	Fundamentación	68
6.4	Objetivos	73
6.5	Ubicación sectorial y física	73
6.6	Desarrollo de la propuesta	75
6.7	Impactos	137
6.8	Bibliografía	138

## RESUMEN

El Club deportivo ESPOLI, desde el año 1995 en que fue subcampeón del fútbol ecuatoriano y participo exitosamente en Copa Libertadores de América, ha demostrado un estancamiento y escasez de resultados deportivos como los que alcanzó en sus primeros años, lo que ha generado un abandono de sus socios y seguidores, circunstancia que lo ha afectado económicamente. Demuestra una falta de jugadores exitosos en sus filas y su representación en las selecciones nacionales ha sido escasa, lo que hace notar que existe un posible problema en la formación de sus jugadores, por lo que se ha adoptado como tema de esta investigación, el estudio de los procesos de entrenamiento en la categoría sub 18 de las divisiones formativas del club deportivo ESPOLI durante el año 2009, con la finalidad de determinar los factores que inciden en el rendimiento deportivo de los jugadores de la categoría sub 18 de, mediante la valoración de sus condiciones físicas y técnicas, la indagación de los conocimientos de sus entrenadores, para contribuir con acciones de mejora que observando los principios de entrenamiento y aplicando los preceptos teóricos y científicos sobre este tema, den un nuevo enfoque a estos procesos y se alcance los objetivos deportivos y económicos que el Club anhela. La teoría dice que el deportista para alcanzar alto rendimiento requiere de un proceso de formación iniciado a edades tempranas, que comienza con el reconocimiento de jóvenes talentos en quienes se inicia un proceso de formación planificado a largo plazo, con la participación de personal profesional especializado que apoyado en el conocimiento científico aproveche positivamente las etapas sensitivas del niño y el joven jugador para llevarlo a desarrollar plenamente sus capacidades físicas, técnicas y tácticas que le permitan alcanzar sus objetivos en esta disciplina deportiva. Para el desarrollo de este estudio se realizó una encuesta a los entrenadores de las divisiones formativas del Club Deportivo ESPOLI y se llevaron a cabo pruebas de campo que permitieron valorar las capacidades físicas y diagnosticar las condiciones técnicas de los jugadores de la categoría sub 18. Este estudio permitió detectar las falencias en este campo y elaborar una guía metodológica para mejorar los procesos de formación físico, técnico, tácticos de los jugadores de las categorías formativas del Club Deportivo ESPOLI, hasta llegar a la categoría sub 18 de manera que les permita en el futuro a un mayor número de jóvenes deportistas en este grupo de edad estar aptos para dar el salto al ámbito profesional y enrolarse exitosamente en el equipo de primera o integrar selecciones nacionales en esta categoría y otras.

