



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

FACTORES FÍSICOS Y TÉCNICOS QUE DETERMINAN PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES EN LA ESCUELA DE FÚTBOL EL NACIONAL Y QUE APORTAN A LA CATEGORÍA SUB 14 EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2016

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

AUTOR:

Duque Pérez Mauricio Rubén

DIRECTOR:

MSc. Fabián Yépez

Ibarra, 2017

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el honorable Consejo directivo de la Facultad Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como director del trabajo de grado del siguiente tema **FACTORES FÍSICOS Y TÉCNICOS QUE DETERMINAN PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES EN LA ESCUELA DE FÚTBOL EL NACIONAL Y QUE APORTAN A LA CATEGORÍA SUB 14 EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2016.**

Trabajo realizado por el señor: **DUQUE PÉREZ MAURICIO RUBÉN**, previo a la obtención del título de licenciado en especialidad de Entrenamiento Deportivo

A ser testigo presencial y como responsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado en públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente.

Esto es lo que puedo certificar por ser justo y legal.



Msc. Fabián Yépez

DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

DEDICATORIA

El presente contenido de la investigación permite culminar una etapa importante de mi vida, con mucha entrega y sacrificio, logrando mi anhelado Título Profesional de Licenciado en la especialidad de Entrenamiento Deportivo. La constancia y confianza, un pilar fundamental para poder alcanzar un objetivo más que me propuse.

A mis padres que supieron poner en mí ser, los cimientos necesarios para afrontar de la mejor manera las responsabilidades y retos de la vida y que con sabiduría, amor, paciencia, me encaminaron y guiaron para alcanzar un escalón más en mi proceso de formación profesional.

Los mejores amigos que puedo tener, mis hermanos, que me brindaron su apoyo incondicional en todo momento y que, con su aporte permanente, supieron establecer la voluntad, el respeto y la solidaridad. Mención especial a mi madre y mis sobrinos, que fueron mi inspiración, un motivo muy especial para seguir adelante en mi preparación, lo cual me ha permitido generar un ejemplo de superación personal, sin dejar de lado la disciplina y los valores que se deben ejercer.

Mauricio

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, quiero dar gracias a Dios por las bendiciones recibidas a cada momento, una de ellas es poder culminar con este proceso en mi preparación profesional.

Prestigiosa Universidad Técnica Del Norte y todo su personal administrativo, Dr. Vicente Yandún Coordinador de la Carrera de Entrenamiento Deportivo, por tener en tus filas a mis estimados y capacitados profesores, quienes supieron establecer la ética profesional en todo momento y que, con su aporte en los contenidos educativos, me llenaron de conocimientos científicos aptos para desempeñarme en la vida profesional como un entrenador deportivo. Mi gratitud al MSc. Fabián Yépez director de trabajo de grado y a mi colega y amigo Lcdo. Hugo Mosquera que me brindaron su apoyo, de la misma manera quiero mencionar mi agradecimiento a la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional y a sus entrenadores que me permitieron acceder a sus instalaciones deportivas.

Mauricio

ÍNDICE GENERAL

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
ÍNDICE GENERAL.....	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	xi
ÍNDICE DE GRAFICOS.....	xii
RESUMEN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	xv
CAPÍTULO I	1
1. EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN	1
1.1. Antecedentes	1
1.2. Planteamiento del problema	3
1.3. Formulación del problema.....	4
1.4. Delimitación del problema.....	5
1.4.1. Unidades de observación.....	5
1.4.2. Delimitación espacial	5
1.4.3. Delimitación temporal.....	5
1.5. Objetivos	5
1.5.1. Objetivo general.....	5
1.5.2. Objetivos específicos	6
1.6. Justificación	6
1.7. Factibilidad.....	8
CAPÍTULO II	9
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1. Fundamentación teórica.....	9
2.1.1. Fundamentación filosófica	9
2.1.2. Fundamentación psicológica.....	11
2.1.2.1. Psicología social	12

2.1.3.	Fundamentación epistemológica	13
2.1.4.	Teorías cognoscitivas	14
2.1.5.	Factores físicos	15
2.1.6.	La Condición física.....	16
2.1.7.	Preparación física	16
2.1.7.1.	La fuerza	17
2.1.7.1.1.	Fuerza máxima	18
2.1.7.1.2.	Fuerza explosiva	18
2.1.7.1.3.	Fuerza resistencia.....	19
2.1.7.2.	La resistencia.....	19
2.1.7.2.1.	Resistencia general	20
2.1.7.2.2.	Resistencia especial	21
2.1.7.3.	La velocidad.....	21
2.1.7.3.1.	Velocidad de reacción.....	22
2.1.7.3.2.	Velocidad de desplazamiento	23
2.1.7.4.	La flexibilidad	23
2.1.8.	Factores técnicos.....	24
2.1.9.	La técnica.....	25
2.1.10.	Técnica individual.....	25
2.1.10.1.	El dominio	26
2.1.10.2.	El control	27
2.1.10.3.	La recepción	27
2.1.10.4.	La conducción	28
2.1.10.5.	El regate.....	28
2.1.10.6.	La finta	29
2.1.10.7.	El remate.....	30
2.1.11.	Selección de talentos deportivos	30
2.1.12.	Selección	32
2.1.13.	Modelo de selección deportiva.....	33
2.1.13.1.	Método Natural	33
2.1.13.2.	Método científico.....	35
2.1.14.	Aspectos a tener en cuenta en la detección de talentos.....	36

2.1.15.	Talento	39
2.1.15.1.	Clasificación de los talentos deportivos, atendiendo a la edad	41
2.1.16.	Evaluación	44
2.1.16.1.	Evaluación de la capacidad física	45
2.1.17.	Test de la condición física.....	45
2.1.18.	Razones para hacer los test	46
2.2.	Posicionamiento teórico personal	47
2.3.	Glosario de términos	48
2.4.	Interrogates de investigación	50
2.5.	Matriz categorial.....	52
CAPÍTULO III.....		53
3.	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	53
3.1.	Tipo de investigación	53
3.1.1.	Investigación documental.....	53
3.1.2.	Investigación de campo	53
3.1.3.	Investigación bibliográfica	54
3.1.4.	Investigación descriptiva	54
3.1.5.	Investigación propositiva.....	54
3.2.	Métodos	54
3.2.1.	Métodos empíricos.....	54
3.2.2.	Métodos teóricos.....	55
3.2.2.1.	Método científico	55
3.2.2.2.	Método inductivo	55
3.2.2.3.	Método deductivo.....	55
3.2.2.4.	Método analítico.....	56
3.2.2.5.	Método sintético	56
3.2.2.6.	Método estadístico	56
3.3.	Técnicas e instrumentos	56
3.4.	Población	57
3.5.	Muestra	57

CAPÍTULO IV	58
4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	58
CAPÍTULO V	70
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	70
5.1. Conclusiones	70
5.2. Recomendaciones	70
5.3. Contestación a las interrogantes de investigación	71
CAPÍTULO VI	73
6. PROPUESTA ALTERNATIVA	73
6.1. Título	73
6.2. Justificación e importancia	73
6.3. Fundamentación	74
6.3.1. Baremo	75
6.3.2. Capacidades condicionales	76
6.3.2.1. La fuerza	76
6.3.2.2. Resistencia aeróbica.....	77
6.3.2.3. La velocidad	77
6.3.2.4. La flexibilidad	78
6.3.3. La técnica individual.....	78
6.3.3.1. La conducción	79
6.3.3.2. El regate.....	80
6.3.3.3. La recepción	81
6.3.3.4. El tiro.....	81
6.3.4. Capacidades coordinativas	81
6.3.5. Talento	83
6.3.6. Selección	83
6.3.7. Evaluación de la capacidad física	84
6.3.8. Evaluación de la técnica deportiva.....	85
6.3.9. Test.....	85
6.3.9.1. Por qué desarrollar un test.....	86

6.3.10.	Evaluación de la calidad de los test	87
6.3.10.1.	Objetividad	87
6.3.10.2.	Validez	88
6.3.10.3.	Fiabilidad.....	88
6.3.11.	Salto horizontal a pies juntos	89
6.3.12.	Flexión de brazos en el suelo	89
6.3.13.	Carreras de 1000 metros	90
6.3.14.	Carrera de 30 metros con salida lanzada	90
6.3.15.	Prueba de flexibilidad.....	90
6.4.	Objetivos	91
6.4.1.	Objetivo general.....	91
6.4.2.	Objetivos específicos	91
6.5.	Ubicación sectorial y física.....	91
6.6.	Desarrollo de la propuesta	92
6.7.	Impactos	129
6.7.1.	Impacto educativo	129
6.7.2.	Impacto psicológico.....	129
6.8.	Difusión	129
6.9.	Bibliografía	130

Anexos

Anexo N° 1	Árbol de problemas.....	135
Anexo N° 2	Matriz de coherencia.....	136
Anexo N° 3	Matriz categorial.....	137
Anexo N° 4	Población	138
Anexo N° 5	Capacidades físicas.....	139
Anexo N° 6	Etapas en el proceso de selección a largo plazo	140
Anexo N° 7	Test físicos Escuela de Fútbol "El Pintado"	141
Anexo N° 8	Test técnicos Escuela de Fútbol "El Pintado".....	142
Anexo N° 9	Test físicos Escuela de Fútbol "Ciudadela del Ejército" ...	143
Anexo N° 10	Test técnicos Escuela de Fútbol "Ciudadela del Ejército"	144
Anexo N° 11	Test físicos Escuela de Fútbol "El Beaterio"	145
Anexo N° 12	Test técnicos Escuela de Fútbol "El Beaterio"	146

Anexo N° 13 Test físicos Escuela de Fútbol "Tumbaco"	147
Anexo N° 14 Test técnicos Escuela de Fútbol "Tumbaco"	148
Anexo N° 15 Test de aptitudes físicas	149
Anexo N° 16 Test de habilidades técnicas.....	152
Anexo N° 16 Certificados	156

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1	Porcentaje test salto horizontal	58
Tabla N° 2	Porcentaje test abdominal.....	59
Tabla N° 3	Porcentaje test de flexión de brazos	60
Tabla N° 4	Porcentaje test de 1000m	61
Tabla N° 5	Porcentaje test de velocidad 30m	62
Tabla N° 6	Porcentaje test de flexibilidad coxofemoral	63
Tabla N° 7	Porcentaje test de coordinación T40.....	64
Tabla N° 8	Porcentaje test de dominio del balón	65
Tabla N° 9	Porcentaje test de conducción del balón en circuito fijado..	66
Tabla N° 10	Porcentaje test de habilidad en conducción del balón	67
Tabla N° 11	Porcentaje de test de precisión del balón	68
Tabla N° 12	Porcentaje test de Recepción del balón.....	69

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1	Salto horizontal	58
Gráfico N° 2	Abdominal.....	59
Gráfico N° 3	Flexión de brazos	60
Gráfico N° 4	1000m.....	61
Gráfico N° 5	Velocidad 30m.....	62
Gráfico N° 6	Flexibilidad coxofemoral	63
Gráfico N° 7	Coordinación T40	64
Gráfico N° 8	Dominio del balón.....	65
Gráfico N° 9	Conducción.....	66
Gráfico N° 10	Habilidad en conducción.....	67
Gráfico N° 11	Precisión.....	68
Gráfico N° 12	Recepción.....	69

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo elaborar un método para mejorar el proceso de selección de talentos deportivos en el fútbol, esta iniciativa se puso en marcha a partir de optimizar tiempo y recursos que se empleaban dentro de esta selección, así mismo fue desarrollada en la ciudad de Quito en la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional, y en base a los resultados obtenidos de la investigación, socializar una herramienta para la solución de este problema. La investigación se refirió a los Factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016. Luego se efectuó la justificación donde se explica las razones porqué se realizó esta investigación y la importancia con los factores físicos y técnicos que determinan para seleccionar jugadores de fútbol en las categorías infanto-juveniles. Para la construcción y elaboración del marco teórico se recopiló la información de acuerdo a las categorías formuladas en la matriz categorial, esto se refirió a los factores físicos y técnicos del fútbol para la selección de talentos, en la cual se tomó como referencias, la consulta de libros físicos e internet. Luego se procedió a desarrollar la parte metodológica, que se refiere a los tipos y métodos que guían el proceso de investigación. Las técnicas e instrumentos que se utilizó, fueron los test físicos y técnicos para conocer los factores que determinan para seleccionar jugadores de fútbol, finalmente nos referimos a la población, que luego de obtener los resultados se procedió a representar gráficamente, seguido del análisis e interpretación de cada uno de los test, posteriormente se redactó las conclusiones y recomendaciones, las mismas que dieron dirección para elaborar la propuesta de solución y que contienen aspectos relacionados con los factores físicos y técnicos del fútbol, esta propuesta de solución ayudara de mejor manera a la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional.

SUMMARY

This work aims to develop a method to improve the selection process for soccer talents, this initiative started optimizing time and resources used for this selection, it was also developed in Quito city in the "Club El Nacional" soccer school, and based on the results of the research, a tool was socialized as a solution for this problem. This research refers to the physical and technical factors to determine the selection of players in this Soccer School to contribute to the category sub 14 in Quito city in 2016. Then the justification was made explaining the reasons why this research was carried out and the importance of physical and technical factors which determine the selection of soccer players in the junior categories. To make the theoretical framework, the information was compiled according to the categories formulated in the matrix, this refers to the physical and technical factors of soccer to select talents, the reference was taken from physical books and internet. After that the methodological part was developed, which refers to types and methods which guide the research process. The used techniques and instruments were physical and technical tests to know the factors which determine the selection of soccer players. Finally, it was referred to the study population, when the results were obtained, it was proceeded to represent graphically, followed by analysis and interpretation of the tests; the conclusions and recommendations helped to elaborate the proposal of solution, it has aspects related to the physical and technical factors of soccer, this proposed solution would assist in a better way for the selection of players in "Club El Nacional" Soccer School.

KEYWORDS: Talents, resources, players, physical, technical, soccer



INTRODUCCIÓN

En cuanto a un tema demasiado complejo en su trato se puede iniciar señalando en breves palabras lo que se entiende como selección, la misma que significa elegir las mejores condiciones de un deportista en cuanto a lo técnico como en lo físico, caso común en el trato de este tema, basándose en características existentes o potenciales futuros aptos para ciertas actividades y para algunos deportes en mayor medida que para otros.

Para realizar una selección de jugadores eficaz en el fútbol formativo, es importante saber no solo el ideal deportivo, sino también los modelos intermedios que caracterizan al deportista en las distintas etapas de optimización deportiva.

En el país la selección deportiva está fundamentada por observaciones basadas netamente en la experiencia de los entrenadores y en ocasiones en personas con criterios equivocados y que no tienen el mínimo conocimiento del tema.

Las características técnico-físicas representan elementos idóneos en la selección de jugadores, pero no son suficientes, pues una combinación entre estas y las características motoras y psíquicas podrán lograr el éxito en cuanto a una selección más eficiente.

A la hora de la selección, los entrenadores no se deben orientar solamente por el resultado deportivo alcanzado por el deportista en determinado momento, ya sea en las prácticas o competencia oficial porque pueden producirse equivocaciones involuntarias.

Para no equivocarse deberá seguir atentamente la dinámica de los índices evaluativos de una manera constante que le garantice obtener

registros puntuales de las características de cada uno de los deportistas, estos registros pueden contener datos técnicos, tácticos, funcionales, psicopedagógicos y motores como la velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad y capacidades coordinativas, lo cual radique en la estabilidad de las características mencionadas.

Se necesita tener presente que dentro de las exigencias del proceso de selección, no se debe optar una estrategia científica que brinde una modelación para cada deportista, sino que debe estar equiparadas a las normas del deporte en cuestión y de esta forma seleccionar aquellos deportistas con características semejantes a los que están en el medio de la elite.

Establecer nuevos indicadores para la selección, evaluación y seguimiento de talentos, resulta de gran importancia para los entrenadores por cuanto se evitará de criterios equívocos al respecto.

Por lo tanto es razonable una selección de talentos para el fútbol basada en una metodología científica, aplicando de igual modo a todos los deportistas, con ello evitamos errores que actualmente se cometen, pues está pasando que se selecciona deportistas no dotados y se los retienen como talentos, causando grandes problemas en el futuro y a la vez se ignoran y pierden deportistas que si reúnen las condiciones específicas necesarias, lo cual provoca decepciones y deserciones de deportistas de manera temprana, creando ciertas dudas de sus verdaderas condiciones.

A continuación, se detalla el contenido de los capítulos de la investigación.

Capítulo I: Se exponen los antecedentes, el planteamiento del problema, formulación del problema, la delimitación espacial y temporal,

así como sus objetivos, justificación y factibilidad.

Capítulo II: Contiene todo lo relacionado al Marco Teórico, con los siguientes aspectos, Fundamentación teórica, Posicionamiento teórico personal, Glosario de Términos, Interrogantes de investigación, Matriz Categorical.

Capítulo III: Se describe la metodología de lo investigativo y en él se trata temas como los tipos de investigación utilizada, métodos, técnicas e instrumentos, determinación de la población y muestra.

Capítulo IV: Muestra detalladamente el análisis mediante tablas y gráficos, e interpretación de resultados obtenidos de los test de capacidades físicas y habilidades técnicas aplicados a los deportistas de la Escuela de Fútbol El Nacional.

Capítulo V: Se evidencia las debidas conclusiones y recomendaciones dirigidas a los entrenadores, monitores, dirigentes y gente comprometida con la Escuela de Fútbol El Nacional de la ciudad de Quito.

Capítulo VI: Detalla el desarrollo de la propuesta, donde se propone elementos básicos indispensables a utilizar, con la finalidad de mejorar la selección de talentos.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes

El fútbol es un deporte colectivo que genera grandes expectativas a nivel mundial, es muy popular en todos los rincones, ya que es divertido y emocionante al practicarlo y observarlo, es por eso que es descifrado por muchos como el rey de los deportes, para practicarlo solo necesitamos contar con una pelota para ponerla a rodar, se lo puede realizar a manera de juego o competencia, nos brinda un espacio de recreación necesario para llevar a cabo una actividad física. Comprende de acciones técnicas individuales que se direccionan en un gran nivel de habilidad y ejecución motriz, para ser parte de acciones combinadas que se requieren en el fútbol, además constituyen grandes despliegues físicos que demanda esta disciplina deportiva cuando se pone en marcha el juego.

Los distintos programas de captación de talentos ponen en juego mecanismos técnicos conformados por profesionales del fútbol como ojeadores, representantes de futbolistas, ex-jugadores y entrenadores, destinados al seguimiento y captación de jóvenes promesas en las distintas regiones del país.

En varias ocasiones y por lo general se ha podido percibir a los entrenadores, monitores y gente cercana al fútbol, utilizar el término me gusta determinado jugador, pero esto en primera instancia solo es una apreciación subjetiva, dejando en claro que es lo que necesitan a simple vista y más aún si los mismos tienen una determinada altura favorable,

dejando de lado si contarán con las habilidades necesarias para esta disciplina y expresando de forma errónea la idea de que si no las tienen luego acá se les enseña lo necesario para complementar lo que se desea.

En el medio la detección del talento en el fútbol infanto-juvenil es una herramienta eficaz que emplean los ojeadores de los distintos equipos de la capital, para cubrir próximas vacantes de la plantilla, acción que se basa en la oportuna predicción de las capacidades y atributos que poseen determinados jugadores.

Actualmente el fútbol ha generado una expectativa numerosa en el país, en razón a algunos clubes que se han ubicado en lugares estelares en estos últimos años dejando una huella importante a nivel internacional, esto ha motivado a los jóvenes deportistas a seguir intentando ser parte de una Institución Deportiva, la cual les brinde una acogida necesaria para satisfacer las necesidades personales de formarse como un futbolista en sus categorías formativas de los diferentes clubes profesionales que existen en la ciudad.

Existe una acogida numerosa de jóvenes deportistas en las Escuelas de Fútbol "El Nacional" en la Capital, unos con alguna experiencia y otros con la ilusión que genera la parte volitiva a que luego de un periodo determinado en sus prácticas, se pronuncien las pruebas en las categorías formativas de este prestigioso club, pero en ocasiones no cumplen con las aptitudes y condiciones necesarias que el profesor de turno necesite, o en ocasiones las tienen pero los minutos de prueba no son adecuados ya que se ha podido observar que los entrenadores no disponen del tiempo necesario para observar a los jugadores, tomando muchas veces decisiones que no son acertadas porque en su mayor caso no cuentan con un proceso selectivo deportivo para realizar pruebas específicas ni tienen en sus manos contenidos necesarios para llevar a cabo un método de selección.

1.2. Planteamiento del problema

Lo que se ha podido recopilar datos sobre la problemática en las Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional, tanto de entrenadores e institución, es que no están muy comprometidos con este tema tan complejo y que demanda en ocasiones de profesores que verdaderamente lo atiendan con la seriedad que esta se mérese, manteniendo una capacitación más permanente en instituciones públicas o privadas, las mismas que les brinden un modelo más necesario para una mejor orientación de los deportistas que pueden ser promovidos a las categorías formativas del Club.

Por tanto, viene generando problemas a la hora de seleccionar jugadores, los mismos que se encuentran con la incertidumbre que desconocen su verdadero potencial, ya que los profesores encargados de enviar los mejores prospectos de cada escuela no están empleando en su totalidad los parámetros que indica una correcta selección de jugadores, las mismas que se basen en procedimientos científicos y que les brinde mejores perspectivas en el manejo de este tema muy controversial.

Este tema en la actualidad debe ser tratado con la importancia que este amerita, en nuestro país lamentablemente se presenta de forma casi a la ligera y en ciertas ocasiones de una forma poco adecuada en cuanto a la selección de jugadores, esto puede generarse en un menor porcentaje por falta de interés a este tema de quienes están al frente de las escuelas de fútbol y las divisiones formativas del Club.

Estas formas que actualmente se aplican en la selección de jugadores en nuestro medio, son llevadas en su mayoría de una manera empírica y carente de normas en valoraciones con carácter científico en sus criterios de evaluación, el cual permita una consideración en proyecciones y perspectivas sobre bases sólidas para establecer un diagnóstico adecuado. No estamos en contra de cómo se aplican dentro

de un sistema estas formas, pero si debe considerarse la inclusión de otras que permitan un mejoramiento en la selección, y no ocurra lo que en varios años viene sucediendo en los clubes de primera de nuestro país, que cuando estos jugadores seleccionados pasan jugando en distintas categorías y cumplen la edad adulta, estos son excluidos del club a causa de que no reúnen las condiciones que se necesita para competir en el alto rendimiento, entonces diríamos que fue una pérdida de tiempo, dinero y del material humano que pudo estar y no estuvo a causa de una selección con falta de bases más sólidas.

Otro de los posibles errores que se viene dando, es la falta de una planificación o programación metodológica en la selección de jugadores, la misma que se sustente sobre bases más científicas y parta de un principio masivo en su afán. Al aplicar las pruebas de valoración física o de rendimiento motor por parte de los profesores encargados de las escuelas del club, estas nos permitirán a través de sus normas de evaluación, establecer un sistema de clasificación de las potencialidades motrices, habilidades técnicas, y otros, los cuales nos lleve a una adecuada iniciación en la práctica de nuestro deporte y no ocurra lo que está sucediendo en la actualidad, un bajo nivel en el trato de este tema a causa de no disponer en su totalidad de una planificación metodológica en las escuelas de fútbol para promover jugadores a las divisiones formativas del Club.

Es notorio el compromiso externo y en ocasiones también interno, las que influyen a la hora de tomar decisiones en lo que refiere a seleccionar jugadores, por lo tanto, ha provocado gran desazón y deserción en los jugadores que acuden a las respectivas pruebas.

1.3. Formulación del problema

¿De qué manera inciden los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?

1.4. Delimitación del problema

1.4.1. Unidades de observación

Los estudios de los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores se realizaron en la Escuela de Fútbol El Nacional, para aportar a la sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

1.4.2. Delimitación espacial

Las investigaciones se realizaron en los sitios de entrenamiento de la Escuela de Fútbol El Nacional en la ciudad de Quito.

1.4.3. Delimitación temporal

El estudio se realizó en el segundo semestre del año 2016.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo general

Determinar los factores físicos y técnicos para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

1.5.2. Objetivos específicos

- Diagnosticar el nivel de ejecución de los factores físicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.
- Valorar los factores técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.
- Elaborar baremos de las capacidades físicas y técnicas que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

1.6. Justificación

Es muy importante señalar que las publicaciones realizadas sobre la selección de jugadores en los últimos tiempos sólo se limitan a describir las dificultades inherentes a la búsqueda de los talentos y las fases por las cuales transita este proceso, sin realizar propuestas de solución que permitan al primer enlace de la cadena en la búsqueda, disponer de una guía con parámetros medibles para la selección, promoción y que la misma se constituya en indicadores evaluativos que permitan controlar el proceso de selección de jugadores en las distintas fases por las cuales debe transitar, hasta llegar a la última selección en la cual se confirme o se deseche a jugadores que por alguna razón no puedan integrar el equipo de primera.

Esta propuesta busca el interés en la selección, promoción y ratificación de talentos, resulta imprescindible una metodología que contenga los indicadores para realizar la selección en las diferentes

etapas y que sea única y factible de ser utilizada por los diferentes entrenadores del Club Deportivo El Nacional, de forma tal que resulte íntegro y reduzca al mínimo la posibilidad de errores que conduzcan a incluir deportistas sin condiciones y excluir jugadores que demuestran una mejor capacidad deportiva para el fútbol.

Un progresivo y cada vez más exigente proceso de formación deportiva, plantea como tarea, enfatizar en la calidad y originalidad en la selección de jugadores que se inician en el fútbol, ya que las exigencias que demanda la competición son cada vez mayores y genera una selección cada vez meticulosa partiendo de un gran bagaje científico en la cual se respalde y garantice su factibilidad al momento de plantear la propuesta.

La propuesta motiva a una visión que plantea en un mejoramiento en la selección de jugadores, y que durante muchos años se viene cometiendo errores en varios equipos profesionales del país, la propuesta se basa en un justo procedimiento programático en la detección de talentos a través de proponer test de capacidad física y de habilidad técnica, los mismos que contienen objetivos previamente establecidos en cada test.

La contribución que se pretende brindar con esta propuesta, es que los entrenadores de las distintas categorías del Club Deportivo El Nacional, evalúen a los mejores prospectos con baremos adecuados acordes a la realidad de su material humano, lo cual garantiza la evaluación de los jugadores, quienes constituyen el motivo de la investigación. El trabajo de investigación es un aporte beneficioso para los dirigentes, entrenadores, preparadores físicos de las distintas categorías del club y principalmente para los jugadores que se están formando en las Escuelas de fútbol del club.

1.7. Factibilidad

El desarrollo de la investigación fue posible porque contó con la autorización de la dirigencia de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional en la ciudad de Quito, la predisposición y atención favorable de los profesores a cargo de las categorías designadas en llevar a cabo esta propuesta.

La colaboración de los deportistas de la Escuela de Fútbol El Nacional de la sub 14 permitió de manera positiva ser protagonistas, para poder plantear hipótesis para mejorar el sistema de selección de jugadores en estas edades, que será de beneficio para los mismos. El contenido de la investigación se apoyó en el diseño de un marco teórico adecuado.

Lo que refiere al ámbito financiero, el presupuesto económico necesario para llevar en marcha el desarrollo de este proyecto fue asumido en su totalidad por el ejecutante.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Fundamentación teórica

Todo proceso selectivo deportivo debe estar sustentado sobre la base de valoraciones que expresen el desarrollo de las capacidades alcanzadas en su etapa de formación.

Partimos de la idea, generalmente aceptada, de que la detección y la selección de jóvenes deportistas realizada con base científica y una adecuación de las cargas de entrenamiento y del nivel competitivo junto a una aplicación de medios suficientes, produce un aumento importante en las posibilidades potenciales de los jóvenes futbolistas de cara al alto rendimiento. (Wanceulen, 2008, pág. 25)

Un diagnóstico oportuno a través de programas que incluyan procesos de evaluación mediante test de las capacidades físicas y técnicas, va a permitir una selección más acertada de los posibles prospectos para encaminarlos hacia las exigencias del deporte contemporáneo.

2.1.1. Fundamentación filosófica

Teoría humanista

Se enfoca en la personalidad del ser humano acorde a la necesidad social, esta teoría fue de gran utilidad en la aplicación de las técnicas más apropiadas para valorar a los deportistas, exponiendo de la mejor manera sus emociones, sentimientos y conocimientos adquiridos en la vida.

Rogers y Maslow postulan que la naturaleza humana es intrínsecamente sana y constructiva. En el centro de la teoría humanista de la personalidad se encuentra el concepto de autorrealización. El ser humano posee un impulso o tendencia innatos a superarse a sí mismo, a desplegar sus capacidades y actuar para llegar a ser una persona autosatisfecha llegando conseguir lo que se plantea. (Cox, 2009, pág. 23)

Con respecto a esta teoría, la formación en el fútbol se basa en contenidos deportivos adquiridos de una forma sistemática, lo cual va a generar en el jugador el conocimiento necesario para su desarrollo personal y es por tal razón que no se la debe dejar como una actividad rutinaria al azar.

Es difícil imaginar que los entrenadores no cuenten con estrategias para llevar un control determinado de la evolución de sus jugadores en su parte emocional y deportiva a una establecida edad y más aún en la adolescencia donde los seres humanos estamos expuestos a determinados cambios.

La teoría humanista expone la importancia que tiene el niño en su proceso de formación, en la cual los conocimientos se han de asimilar de una forma natural y de manera progresiva sin necesidad que exista alguna presión por parte del educador.

“Esta teoría humanista tiene su lugar en la educación de la primera infancia porque intenta explicar cómo se debe motivar a las personas. En particular, la teoría humanista se centra en las necesidades, objetivos y éxitos de las personas”. (Miles, 2001, pág. 156)

Sin duda las posibilidades de desarrollarse de manera general en la adolescencia son inmensamente grande y el entrenador es parte de este proceso, el cual tiene que facilitar que se desplieguen sus potencialidades en un ambiente motivador.

2.1.2. Fundamentación psicológica

Psicología cognitiva

La Psicología cognitiva centra su atención en los procesos de aprendizaje del estudiante de forma ordenada, sistemática y secuencial, así como también se le proporciona un rol de modo activo, gracias a esta motivación se permite que sea un sujeto constructor de conocimiento. “Enfatiza la estructura y desarrollo de los procesos de pensamiento. Según esta doctrina, nuestros pensamientos y experiencias afectan profundamente nuestras actitudes, creencias, valores, supuestos y acciones”. (Berger, 2007, pág. 46)

Así mismo en el deporte se expresan actitudes y emociones diferentes, el comportamiento individual del jugador de fútbol constituye un aspecto importante dentro de los procesos educativos.

De distintas formas la motivación es empleada en el contexto deportivo, ejerce un rol importante en el desarrollo personal del individuo, es protagonista del accionar de nuestras actividades generadas por factores situacionales o ambientales que en gran medida pueden favorecer o afectar el rendimiento.

La motivación surge de los pensamientos internos que tiene el individuo ante una determinada situación y de, en definitiva, el modo en que procesa la información. Las percepciones que el individuo tiene de la situación, incluidas las metas o anticipaciones o consecuencias de determinadas acciones, juegan un papel importante como motor de nuestra conducta. (Castejón, 2009, pág. 139)

Lo cual se puede mencionar que la posibilidad del empleo de métodos, estrategias y formas en el entrenamiento deportivo ha evidenciado las posibilidades del futbolista para mantener un control motriz y de conducta en su aprendizaje y a resolver problemas en diferentes situaciones.

2.1.2.1. Psicología social

En general es necesario establecer relaciones que impliquen la comunicación permanente con los directivos y entrenadores de las instituciones que se es parte.

“La psicología social es la ciencia del pensamiento, los sentimientos y la conducta de los seres humanos en relación con la influencia que reciben de otra gente y la que ejercen sobre esta. (Vaughan, 2010, pág. 42)

En este caso el deportista con relación a su entorno, puede poner en manifiesto conductas que favorezcan o impliquen su aprendizaje y su rendimiento.

El escenario permanente que debe percibir un joven deportista en su sitio de entrenamiento, es el de un ambiente acogedor, donde pueda tener la posibilidad de desarrollarse acorde a sus necesidades y las de su institución.

La conducta humana es función del aprendizaje social y de la fuerza de la situación. Un individuo se comporta según el modo en que ha aprendido a hacerlo mientras ese comportamiento sea compatible con las imposiciones del ambiente. Si la situación ambiental es relevante el efecto de los rasgos de la personalidad o de los motivos inconscientes sobre la conducta será mínimo. (Cox, 2009, pág. 23)

En este sentido, el jugador de fútbol es sensible permeable a los diferentes factores externos y cambios que se puedan manifestar en su diario vivir, por tal razón y como todo ser, tiene la necesidad de relacionarse, adaptarse y entenderse con los demás, como parte de una sociedad con realidades humanas distintas, diferentes personalidades, con el aporte e inquietudes que se presentan dentro de ella, manteniendo

un constante equilibrio y optimizando sus posibilidades de rendimiento.

2.1.3. Fundamentación epistemológica

Teoría constructivista

El ser humano es un constructor de ideas permanentes y constantes, que posibilita la superación personal en las diferentes etapas de la vida.

Las distintas concepciones constructivistas coinciden en considerar que el aprendizaje se produce como consecuencia de la interacción entre el alumno y los contenidos, de manera que provoca en aquel un cambio de estructura de pensamiento, por el cual se perfecciona su teoría sobre el mundo, favoreciendo por tanto su intervención en él. (Stevenson, 2004, pág. 54)

Igualmente, los jóvenes deportistas deben hacer razón de los diferentes medios de aprendizaje que pudieran tener a su alrededor, empleando todos sus recursos cognitivos y motrices relacionando lo que van aprendiendo con el conocimiento que ya lo tienen.

Dentro de la enseñanza comprensiva aparece un modelo que busca el aprendizaje significativo y que centra el proceso de enseñanza-aprendizaje en el propio jugador; este modelo denominado constructivista, se plantea como una de los más adecuados para aplicarlo en el campo del deporte. Las características distintivas del constructivismo son que:

- El jugador es el responsable último de su proceso de aprendizaje; por lo tanto, el entrenador deberá favorecer que sea el propio jugador quien vaya construyéndolo involucrándole activamente en el proceso.
- Se deben generar en los jugadores procesos reflexivos que les permitan comprender y/e integrar en su estructura cognitiva los nuevos

conceptos que se le presentan, comparándolos con los esquemas previos que posee favoreciendo el conflicto cognitivo.

- Requiere que el aprendizaje se ajusta a las necesidades y características de cada contexto particular en un intento de que dicho aprendizaje resulte significativo y funcional al jugador. Destaca la importancia de que se parta de aquello que ya conoce y de sus experiencias, tratando relacionar entre si los nuevos aprendizajes.
- Contempla el aprendizaje no como algo exclusivo del jugador sino de un modo compartido con el profesor-entrenador que le ayudara actuando de facilitador, mediador y regulador del aprendizaje, teniendo en cuenta lo que significan y representan los nuevos contenidos dentro de unos conocimientos previos al propio proceso de construcción. (Zains, 2005, pág. 67)

En efecto esta teoría puede apreciar la interacción entre el sujeto y el entorno, en la cual el aprendizaje puede ser procesado de manera diferente por cada persona, se podría ver como una información adicional al que ya la tienen. En sus primeras etapas el entrenador no se debe exceder en los contenidos, como pueden ser las dimensiones del terreno de juego, número de jugadores, jornadas y sesiones, para que ellos puedan comprenderlas de manera más sencilla. Aquí el entrenador asume el papel de orientador o facilitador en las destrezas y habilidades, además concede al futbolista el rol de constructor de su propia capacidad de movimientos.

2.1.4. Teorías cognoscitivas

Se fundamenta en los distintos factores que pueden afectar la conducta del jugador dentro y fuera del terreno de juego. “Las teorías cognoscitivas, se preocupan por el conocimiento, por la comprensión (percepciones,

actitudes o creencias) que tiene el individuo acerca del medio ambiente que le rodea y por las formas en que estos conocimientos determinan su conducta". (De la Mora, 2003, pág. 12)

Sobre la base de la idea expuesta, se complementa que en el proceso de enseñanza- aprendizaje es muy importante sentirse respaldados por el entrenador en cualquier ocasión. Las personas en todo momento estamos en constantes actividades que nos permiten almacenar conocimiento útil para el desempeño de la vida.

La corriente cognoscitiva hace énfasis 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, cómo ingresa la información a ser aprendida, como se transforma en el individuo y como se encuentra lista para hacerse manifiesta. (Fajardo, 2004, págs. 40,41)

En efecto, todas las personas a través del tiempo asimilan y aprenden cosas de manera diferente, generan diversas ideas a causa de los estímulos que están a su alrededor.

2.1.5. Factores físicos

La condición física en el fútbol es uno de los factores determinantes para conseguir óptimos resultados.

El jugador tendrá que ser capaz de mantener un ritmo constante lo más alto posible durante el juego, sin que por ello se resienta la técnica futbolística específica y que después de correr, hacer sprints y dar saltos recupere rápidamente su capacidad de rendimiento normal, es decir, que se regenere rápidamente. (Zeeb, 2004, pág. 36)

Con respecto a lo que manifiesta el autor, las exigencias permanentes

en el fútbol son cada vez exigentes, una buena condición física va a permitir efectuar movimientos más sincronizados, explosivos y resistentes dentro del campo de juego.

2.1.6. La Condición física

El rendimiento de cada uno de los jugadores dentro del campo de juego depende de factores como la condición física ya que va a determinar que estén en las condiciones necesarias para ponerlas al servicio del equipo, esta condición física debe generar adaptaciones con las demandas que se solicitan en la actividad. “La condición física puede ser considerada como el sumatorio de las cualidades físicas particulares que posee una persona, y que vienen determinada tanto por predisposición genética como por influencia medioambiental”. (Delgado, 2004, pág. 192)

A este respecto se puede mencionar que la condición física es el desarrollo de todas las cualidades físicas, varía según las personas y sus capacidades, está determinada por factores no modificables y otros modificables, y se las puede mejorar mediante muchos aspectos, sumados a ellos, los correctos hábitos alimenticios.

2.1.7. Preparación física

Cuando hablamos de preparación física en el fútbol ponemos en marcha procesos dirigidos, controlados y evaluados, estos contenidos de la preparación física vienen determinados por la edad y el nivel de forma del individuo.

Es el conjunto de actividades que persiguen el desarrollo de las capacidades orgánicas para la realización más eficaz del rendimiento físico. De manera general, se

establece que el objetivo de dicha preparación es la mejora de la condición física, entendida esta como la suma ponderada de las cualidades físicas (fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad). (Delgado, 2004, pág. 143)

De acuerdo a lo expuesto, se puede mencionar que la preparación física se enfoca en el desarrollo de las capacidades físicas de manera general y especial acorde a su deporte específico.

2.1.7.1. La fuerza

Es fundamental, puesto que cualquier movimiento que realicemos va a exigir la participación de la fuerza. En el fútbol su aplicación debe ser óptima para realizar los gestos técnicos y así poder sacar máximo beneficio. “Siff y Verkhonshanky (1996) definen la fuerza como la capacidad de un musculo o grupo muscular de generar tensión bajo condiciones específicas”. (Pol, 2015, pág. 65)

Determinada como una capacidad física básica, que permite obtener diversas adaptaciones, su desarrollo se ve beneficiado a partir de la pubertad y adolescencia.

Se la puede descifrar como la participación activa de los músculos esqueléticos durante la actividad motriz de las personas. “La fuerza se define como la capacidad que tiene un grupo muscular para ejercer la máxima fuerza de contracción contra una resistencia”. (Heyward, 2001, pág. 88)

En este sentido la aplicación de la fuerza en el entrenamiento deportivo va a depender de la edad, es recomendable un estímulo diferente hasta la adolescencia, de aquí que la mejora de esta capacidad en adolescentes no se debe al aumento del tamaño de los músculos o hipertrofia, sino

debido a la condición intermuscular, que va hacer que permita superar las resistencias a las cuales tiene que vencer, de modo que para su empleo, se la puede incrementar con una mayor diversidad de métodos e implementos.

2.1.7.1.1. Fuerza máxima

Se le aplica esta denominación al deportista que está en capacidad de superar las máximas cargas. “Se entiende por fuerza máxima la máxima tensión aplicada que un musculo o grupo muscular puede alcanzar”. (López, 2008, pág. 12)

En tal razón, la fuerza máxima es el valor de fuerza más elevada que el sistema neuromuscular pueda ejercer mediante una contracción voluntaria.

La fuerza está constituida por la musculatura del deportista al realizar la máxima contracción. “Fuerza máxima (es la fuerza más elevada que el sistema neuromuscular puede ejercitar en una contracción voluntaria (CMV) con elevadas resistencias externas) “. (Mirella, 2001, pág. 53)

De lo expuesto por López y Mirella atendiendo a estas consideraciones, la fuerza máxima es la capacidad de manifestar la máxima fuerza posible, en el fútbol se la pone énfasis en la preparación física general, donde se utilizan intensidades máximas.

2.1.7.1.2. Fuerza explosiva

Se aplica a la máxima aceleración contra resistencias “. Se considera fuerza explosiva a: “la capacidad del sistema neuromuscular de incrementar al máximo la fuerza y la velocidad en el transcurso de un

movimiento”. (Reyes, 2007, pág. 61)

Se puede manifestar que es la extensión del musculo con la mayor cantidad de energía posible ante un determinado esfuerzo.

2.1.7.1.3. Fuerza resistencia

Capacidades que no pueden estar aisladas una de la otra va de la mano, existiendo un incremento de la masa muscular en las secciones transversales.

La fuerza resistencia es la capacidad de mantener índices de fuerza medianamente altos, durante el mayor tiempo posible. El nivel de la fuerza-resistencia se traduce por la capacidad del deportista para vencer la fatiga, realizar una gran cantidad de repeticiones de los movimientos o una aplicación de fuerza en condiciones de contraposición a una resistencia externa. (Platonov, 2001, pág. 34)

Según el autor la fuerza resistencia permite tener una capacidad elevada para mantener ejercicios que requieran una mayor fuerza y repeticiones.

2.1.7.2. La resistencia

Esta capacidad va asociada con la parte volitiva, capacidad psicofísica del jugador para resistir a la fatiga, considerada como el factor más importante en la preparación fisiológica e indispensable en cualquier disciplina deportiva, tiene gran importancia en la mejora de la condición física.

“Es la capacidad para prolongar un esfuerzo de intensidad moderada. Gracias a esta cualidad, el jugador aumenta la duración de su trabajo y su

cadencia sin deuda de oxígeno, y su recuperación se facilitada”. (Le, 2005, pág. 20)

Con respecto al autor, la resistencia es la capacidad que permite soportar las exigencias físicas, como psíquicas durante el juego, y la temporada, manteniendo un requerido nivel a una determinada intensidad, también se beneficia su proceso de recuperación en las bajas del ritmo de juego en las micro y macro pausas. Es considerada como una capacidad de la condición física, los esfuerzos deportivos abarcan varios sistemas orgánicos del cuerpo humano, tienen un carácter complejo cuyo nivel alcanzable depende de la herencia genética y del entrenamiento.

La resistencia es una de las cualidades físicas más importantes que requiere el futbolista. Desde el punto de vista fisiológico, la resistencia se caracteriza por la capacidad de realizar un trabajo prolongado al nivel de intensidad requerido, como capacidad para luchar la fatiga. (Gomá, 2007, pág. 47)

De lo expuesto por Le y Gomá, esta capacidad física básica, es de importancia en el futbolista ya que le permite mantener un esfuerzo eficaz durante el mayor periodo de tiempo posible retardando la aparición de la fatiga, se basa en la capacidad del cuerpo para enviar oxígeno hacia los músculos gracias a los sistemas respiratorio y cardiovascular.

2.1.7.2.1. Resistencia general

Su fundamento es incrementar la capacidad de los músculos para utilizar oxígeno durante periodos prolongados de ejercicios.

“La resistencia general la podemos definir como la capacidad del deportista para ejecutar durante largo tiempo una actividad física que carga los sistemas básicos funcionales y ejerce una influencia positiva

sobre su especialización deportiva”. (Zhelyazkov, 2001, pág. 210)

En este sentido se fundamenta en crear una base sólida que va a permitir soportar la cantidad de entrenamientos y las distintas competencias de la temporada, optimizando la capacidad física e incrementando la capacidad de recuperación.

2.1.7.2.2. Resistencia especial

Constituyen ejercicios técnicos y específicos de la especialidad. “La resistencia especial del deportista se puede definir como una capacidad de trabajo específicamente altamente eficiente dentro del marco de una actividad motriz concreta”. (Zhelyazkov, 2001, pág. 211)

El correcto estímulo de esta capacidad permite realizar esfuerzos con una intensidad requerida sin que se produzcan bajones en la parte final de la competencia, esta resistencia ocasiona un excelente rendimiento en sus distintos desplazamientos y está condicionada por la parte volitiva del futbolista.

2.1.7.3. La velocidad

Cuando hacemos mención de la velocidad nos referimos a la de índole físico, en aquella está implicado la rapidez de los movimientos en relación del espacio recorrido por un jugador y el tiempo empleado para hacerlo.

“Las capacidades de velocidad son un conjunto de propiedades funcionales que permiten ejecutar las acciones motrices en un tiempo mínimo”. (Avella, 2015, pág. 51)

En estas acciones motrices influyen varios factores, como el tipo de

fibra muscular, coordinación neuromuscular, técnica de carrera, elasticidad muscular, etc., y también factores externos como el terreno, la altura y temperatura. La velocidad en el fútbol es un condicionante y, hay que poner énfasis en su entrenamiento en todas las formas posibles que requiere el jugador.

La velocidad es de gran importancia en el fútbol. Tanto si se trata de un error en el posicionamiento, de la recuperación de un balón robado, de entrar a rematar de cabeza o de superar a un defensa, la velocidad es necesaria en todos los casos. La velocidad puede convertir a un jugador dotado en un jugador excepcional, y a un jugador por debajo de la media en un jugador útil. La velocidad es una de las características que distingue de manera clara al futbolista de elite de los jugadores de otros deportes. (Garret, 2005, pág. 42)

En efecto de lo planteado por Avella y Garret, el fútbol actual requiere de un gran despliegue físico, la velocidad de ejecución de acciones simples y complejas, de reacción y de colaboración entre los jugadores, se exige cada vez una mayor dinámica y movilidad en la ejecución de sus acciones.

2.1.7.3.1. Velocidad de reacción

Cada estímulo tiene una respuesta, en tal situación la velocidad de reacción depende del sistema nervioso. “Velocidad de reacción, comprendida como la capacidad de reaccionar ante un estímulo en un tiempo mínimo”. (Avella, 2015, pág. 153)

En este sentido los movimientos que se efectúan en deportes individuales y colectivos no aparecen de forma espontánea, reaccionan ante estímulos, señales o sonidos, su primera acción luego de recibir el estímulo es identificarla, resolver si fuera necesario y luego enviar una respuesta a los distintos músculos del cuerpo para expresarlos de

inmediato en situaciones cambiantes.

2.1.7.3.2. Velocidad de desplazamiento

Conjunto de acciones motoras que requieren la relajación y coordinación neuromuscular, en este tipo de velocidad depende de la amplitud de zancada para su mejor desplazamiento.

Es la capacidad para desplazarse a la máxima velocidad. Esto supone de una gran coordinación (inter e intramuscular de las cadenas cinéticas protagonistas y relajación de los antagonistas). El conocimiento de la técnica del desplazamiento (carrera o marcha) y de la fuerza son determinantes fundamentales.(Rius, 2005, pág. 146)

Con respecto a esta definición en este tipo de velocidad participa todo el cuerpo con frecuencia de movimientos, mediante acciones motrices de la modalidad deportiva.

2.1.7.4. La flexibilidad

El entrenamiento de la flexibilidad en el fútbol permite regular el tono muscular a través de las diferentes técnicas que se emplean en el estiramiento. “La flexibilidad ha sido definida indistintamente como movilización, libertad de movimientos, o, técnicamente, como la amplitud de movimientos (ADM) obtenible en una articulación o conjunto de articulaciones”. (Alter, 2004, pág. 13)

En ese sentido el futbolista por lo general no presenta elevados niveles de flexibilidad, pero requiere de su aplicación en los entrenamientos, los músculos que se necesitan estirar más son los de las extremidades inferiores, pero en el caso de los porteros es necesario que sea del tren

superior como inferior. Está considerada como una capacidad física fundamental en el campo deportivo y en las personas que quieran conservar su integridad física a largo plazo, esta capacidad se verá mermada con el paso del tiempo. “La flexibilidad es la capacidad de mover una articulación, o una serie de articulaciones, con fluidez a través de amplitud de movimiento completa sin causar una lesión”. (Heyward, 2008, pág. 245)

Como complemento a lo expuesto por Alter y Heyward, la flexibilidad atiende a aquellas articulaciones y músculos más requeridos en el futbolista, un déficit en la amplitud de movimientos provocara una disminución de su rendimiento, provocando dificultad para realizar diferentes gestos técnicos que requieran de recorridos articulares amplios.

2.1.8. Factores técnicos

A la hora de planificar los entrenamientos de la técnica se debe buscar la creatividad, en esta situación se puede establecer una relación entre los ejercicios que los futbolistas consideran divertidos, con aquellos que son realmente más importantes y necesarios para la mejora del rendimiento. “El entrenamiento técnico supone el desarrollo la capacidad para realizar correctamente todas las acciones técnicas; perfeccionando la técnica específica la cual se basa en un movimiento lógico y económico, con la máxima capacidad posible”. (Bompa, 2007, pág. 17)

Es necesario disponer de una serie de métodos y formas en la enseñanza de los fundamentos técnicos, en las cuales se deben considerar condiciones reales del juego, para, que la acción motora sea eficaz es necesario contar una buena técnica economizando un problema gestual determinado.

2.1.9. La técnica

Cada vez que recibe el balón un jugador los espacios y tiempos son menores para realizar maniobras dentro del campo de juego. “Secuencia específica de movimientos, o movimientos parciales puestos en práctica para resolver las tareas motrices en las situaciones deportivas y cotidianas”. (Pacheco, 2009, pág. 22)

Al respecto, en esta investigación es muy importante observar la técnica del jugador y de cómo la manifiesta en su máxima expresión, cuando se ve enfrentado en situaciones que se asemejan a la competición.

Los fundamentos técnicos de un deporte específico se lo deben practicar desde edades tempranas empleando bien su ejecución y con los correctivos necesarios. “La técnica de cualquier deporte debe entrenarse hasta la perfección. Cuanto mayor sea el nivel técnico de un deportista, menores serán la fatiga, y el gasto energético, y mayor será la eficiencia para realizar la actividad”. (Pacheco, 2009, pág. 59)

De igual manera una buena condición técnica que conserve el jugador dentro del terreno de juego dará beneficio a su equipo, en esta situación va a permitir resolver una tarea motora de manera más adecuada y económica, mientras más se la practique dentro o fuera de sus sesiones de entrenamiento se verá enriquecidas sus condiciones futbolísticas.

2.1.10. Técnica individual

Dentro de un plantel de fútbol los jugadores poseen diferentes virtudes, lo cual lleva a realizar las distintas acciones técnicas con el balón, dominándolo y dejándolo a su favor.

Es aquella que está relacionada con todos los gestos técnicos que puedan aprender, desarrollar y perfeccionar de forma individual un jugador para supuesta práctica en el juego o, dicho de otra forma, el conjunto de habilidades motrices básicas y específicas, relacionadas con un deporte que domina un jugador. (Timón, 2010, pág. 20)

Como complemento cabe destacar que no es necesario tener conocimientos previos para adquirir la técnica, pero en edades tempranas es importante empezar a aprenderla y desarrollarla hasta llegar a la perfección de los gestos y tareas motrices propias del fútbol.

La técnica individual es de mucha importancia dentro de un plantel de fútbol, existen jugadores que resuelven situaciones en momentos críticos del juego, porque han desarrollado una técnica favorable.

La manipulación del balón por parte del jugador de fútbol siempre es individual, y solo puede objetivarse con la existencia de un contacto entre el jugador, con cualquier parte del cuerpo permitida por el reglamento, y las distintas superficies del balón. (Sarasa, 2016, pág. 33)

Así mismo cabe resaltar que es notorio y agradable mirar a jugadores que poseen una habilidad exquisita con el balón, la dedicación y la práctica han hecho de estos jugadores ser reconocidos y admirados a nivel mundial por simpatizantes del fútbol, tomando en cuenta que cada uno de ellos, se habitúan en diferentes posiciones del campo de juego, pero que al momento de exponer sus técnica individual al servicio propio y del equipo, llenan la vista de la gente.

2.1.10.1. El dominio

El dominio del balón es una acción técnica que manifiesta la habilidad que tiene un jugador al ejecutar golpes sucesivos manteniendo el balón a su favor.

El fundamento del dominio del balón es su conducción. La carrera con el balón contiene ya, las formas de movimiento propias de las siguientes habilidades técnicas: recepción, control y pase del balón. La conducción buena y segura del balón figura demás entre las capacidades más importantes de un comportamiento de juego eficaz, seguro, creativo y difícilmente previsible por el contrario”. (Bruggemann D. , 2005, pág. 49)

Esta acción técnica cuando es ejecutada de manera correcta crea confianza en el jugador de fútbol, aquí participa mucho la creatividad, requiere de buen equilibrio y un buen golpeo del balón.

2.1.10.2. El control

Considerado fundamento técnico individual, su buena ejecución técnica permite apoderarse del balón. “Controlar es sinónimo de dominio; es decir, controlar la destreza o acción técnica implica no perder nunca el dominio del balón”. (Sarasa, 2016, pág. 47)

Con esto, el jugador es capaz de hacerse del balón de una forma correcta, se la puede realizar en uno o dos contactos, favoreciendo la acción y dejándola al servicio para jugarlo de inmediato, de su eficacia de esta primera acción dependerán en gran medida otras posteriores para ser realizadas y habitualmente el balón estará en posesión del equipo.

2.1.10.3. La recepción

Fundamento técnico que permite apoderarse del balón luego de un pase. “Golpeo en fase ofensiva o defensiva cuando el jugador entra en posesión del balón para mantenerlo, con la finalidad de dejarlo en disposición y de jugarlo con rapidez”. (Sarasa, 2016, pág. 41)

Por su parte, todas las acciones técnicas que se producen dentro del

juego, requieren de la repetición para poder mejorarlas, esto se logra mediante la práctica permanente en las sesiones de entrenamiento, se requieren de métodos para poderlas ejecutar de una forma correcta.

2.1.10.4. La conducción

La conducción es hacer rodar el balón con las superficies del pie efectuando pequeños toques que permiten su progresión en el terreno de juego.

La conducción del balón es la capacidad de moverse con fluidez con el balón en los pies y observar al mismo tiempo el acontecer del juego. La conducción más segura del balón se efectúa con la cara interna del pie. Es la forma más fácil de controlar el balón en medio del movimiento y de cubrirlo con el cuerpo ante un contrario. Sirve para asegurar la posesión del balón mientras se busca una posibilidad de pase. (Bruggemann, 2004, pág. 94)

En efecto, esta acción individual permite ejecutar movimientos sucesivos con fluidez cuando estamos con posesión del balón, se la realiza con el empeine, cara interna y externa del pie, mientras lo trasladamos mediante golpes sucesivos nos permite observar la ubicación de los demás compañeros, para lo cual debemos mantener su control levantando la cabeza.

2.1.10.5. El regate

Durante el juego futbolístico los recorridos con el balón se los puede realizar mediante el regate, que se pone en manifiesto cuando un jugador de cada equipo se enfrenta y el que tiene la posesión del balón lo adelanta para desbordar su marca, depende mucho de la habilidad que tiene cada jugador para poder superar a su oponente. “El regate: es un

sinónimo de finta, pero con balón con el fin de aprovechar la confusión del contrario y beneficiar a nuestro equipo”.(Timón, 2010, pág. 25)

El regate se lo puede ejecutar de acuerdo a las circunstancias del juego, el futbolista será quien con su habilidad sea capaz de superar a su oponente.

En función de su realización dividimos los regates en:

1. Regate simple. Acción individual que se realiza de un solo contacto con el pie-balón rebasando al oponente y poder continuar con la posesión del balón.
2. Regate compuesto. Interviene más de una superficie de contacto o va acompañado de fintas, que favorezcan el desequilibrio del oponente para continuar el recorrido por el terreo no de juego con el balón y superando, al contrario. (Ticó, 2005, pág. 283)

En el transcurso de la historia del fútbol se ha podido observar una serie de jugadores que con su habilidad han sabido sortear las marcas de sus oponentes casi de una forma natural, cada uno en posiciones distintas dentro del campo de juego.

2.1.10.6. La finta

El fútbol es apasionante y divertido, requiere de la imaginación del jugador para realizar movimientos inesperados en situaciones oportunas para superar a su adversario. “Fintar hace referencia a dar información errónea, al contrario. Es el hecho de engañar. Existe también la opción de no dar información o, en todo caso, de darla en el último instante, escondiéndola hasta el final”. (Sarasa, 2016, pág. 48)

Se puede decir que este mecanismo de engaño tiene como objetivo hacer creer a nuestro oponente que vamos a realizar alguna acción que no es nuestra verdadera intención, la agilidad de movimientos, la velocidad de reacción y el convencimiento son algunos aspectos que toman importancia al momento de llevarla a cabo, muchas de ellas en espacios limitados.

2.1.10.7. El remate

Según la situación de juego, distancia y la posición dentro del campo de juego se lo puede realizar con las diferentes superficies de contacto permitidas por el reglamento. “El tiro a portería: con ella el balón recorre una distancia determinada en dirección a portería, fruto de la aplicación de un fuerte impulso procurando que se introduzca en el interior de la misma”. (Timón, 2010, pág. 25)

Sin duda alguna el gol es la esencia del fútbol, es por tal razón que en el juego se emplea el tiro, no depende mucho de la distancia y en algunos casos de su ejecución, el jugador tiene como objetivo introducirla dentro de la portería contraria ya sea a pelota quieta o en movimiento.

2.1.11. Selección de talentos deportivos

Para poder alcanzar grandes logros deportivos es esencial establecer un sistema de selección oportuna de jugadores de fútbol. “Para (Makarenko N.V. 1996), por ejemplo, “El objetivo principal de la selección profesional consiste en buscar la mayor correspondencia entre las características individuales, particularidades y aptitudes de la persona para con las exigencias propias de una u otra especialidad”. (Leiva, 2010, pág. 19)

La decisión sobre el ingreso a la formación y competición del jugador de fútbol en un momento requerido, se establece por las exigencias que presenta dicho deporte, las capacidades generales y específicas de una actividad deportiva en particular, reflejan el talento, estas capacidades son individuales y constituyen una condición favorable para el desarrollo del deportista en su exigente proceso de entrenamiento por un espacio de varios años.

La selección de talentos deportivos es una labor muy compleja que requiere de personal capacitado para llevar a cabo los procesos que son en general a largo plazo.

El proceso de selección es una tarea compleja que incluye una gran variedad de componentes y cuya realización adecuada no es sencilla. Este se relaciona con personas muy jóvenes que quieren practicar deporte y, que en algunos casos, buscan emular a sus ídolos; por tal razón se debe evitar a toda costa la posibilidad de humillación o de separarles de las posibilidades de movimiento. (Leiva, 2010, pág. 21)

Con relación a lo citado, se debe tener en cuenta que, para seleccionar deportistas, es necesario establecer parámetros que manifiesten las condiciones de cada uno de ellos, sin embargo, el que no dispongan de cualidades específicas no quiere decir que se les va a excluir de la práctica deportiva porque puede generar una desazón temprana.

La detección del talento deportivo se deberá producir en el fútbol base, esto por lo general se puede apreciar en las escuelas de formación. “Por tanto selección deportiva no es otra cosa que el proceso a través del cual se individualizan personas dotadas de talento y de actitudes favorables para el deporte con la ayuda de métodos y de test científicamente válidos”.(Blázquez, 1999, pág. 220)

En relación, se considera talento al deportista dotado de aptitudes, que

presenta características notables y que se adapta con facilidad al nivel de aprendizaje para el entrenamiento entre un grupo de atletas.

2.1.12. Selección

Existen una serie de criterios validos en torno a los factores que determinan para seleccionar deportistas, pero cada profesional que se encuentra al frente de la situación, lo hace desde perspectivas disciplinares y contextos diferentes.

La selección, como concepto, incluye una identificación predictora (generalmente a largo plazo), y una detección precoz, es decir, anticipadamente descubridora de la disposición de aptitudes potenciales, que pueden permitir altos niveles en los factores de rendimiento necesarios en el fútbol de élite. (Wanceulen, 2011, pág. 94)

Durante el transcurso de los tiempos en la actividad humana, todas las personas consiguen el éxito, pero no todas disponen de cualidades específicas excepcionales que los distinguen del resto, a estas cualidades se deben sumar una selección oportuna y un seguimiento necesario de quienes presenten grandes aptitudes para el fútbol, unido a un proceso de preparación que les permita transitar hacia el alto rendimiento.

En sentido global cuando se hace mención un talento para el fútbol, es referirse al individuo que ha de sentir aceptación e interés a un proceso largo de entrenamiento.

“Cuando seleccionemos Benjamines, Alevines e infantiles, puede ser conveniente tomar como referencias las capacidades físicas básicas de la población deportiva en general, pero buscando que dispongan de un nivel superior”. (Wanceulen, 2008, pág. 36)

En cuanto a la identificación de jóvenes promesas para el fútbol se deben incluir en los contenidos de entrenamientos una dirección técnica adecuada, los jugadores deberán disponer de las mejores posibilidades para triunfar en el ámbito futbolístico en un entorno altamente competitivo.

2.1.13. Modelo de selección deportiva

Hablar de un modelo de selección deportiva es básicamente dirigirse a un plan estructurado que presenta acciones de trabajo específicas con fines educativos para lograr el objetivo deseado, que no es otro que alcanzar el máximo rendimiento deportivo.

Los pilares esenciales en los que se ha apoyado la selección de los posibles talentos para los deportes en el mundo, se pueden identificar con dos modelos fundamentales: el modelo de selección natural o pasiva y el modelo científico o activo. Noa, H. (2003, pág. 24)

De acuerdo a lo mencionado por el autor, es necesario basarse en modelos de selección deportiva para alcanzar grandes beneficios con los deportistas

2.1.13.1. Método Natural

Este método se fundamenta en el fútbol recreativo que tiene su esencia en las escuelas privadas, públicas, deportivas y en todos los rincones donde se lo practique.

Mencionan que este método se fundamenta en considerar la función social por encima de la función técnica y tiene su aplicación cuando el joven futbolista va a ser incluido en un proceso de fútbol recreativo, fútbol en la escuela, fútbol para todos. (Wanceulen, 2006, pág. 62)

La práctica de este deporte en la sociedad, presenta una acogida numerosa en las escuelas deportivas y en establecimientos públicos y privados, se lo realiza por inspiración propia de una forma recreativa, mediante procesos que les permitan fortalecer sus habilidades y capacidades motrices. Está basado en la obtención de posibles talentos de forma natural, por azar, siendo un modelo utilizado tradicionalmente, que tiene como enfoque fundamental la masificación deportiva.

El modelo de identificación de talentos en la URSS, básicamente consistía en reunir la mayor información sobre cierto número de factores de rendimiento, en varias edades, incluyendo el ritmo de mejora y la edad biológica, el cual se realizaba en tres etapas fundamentales: Selección Básica, Selección Preliminar y Selección Final. (Balmaseda, 2009, pág. 25)

En este modelo manifestado por el autor, indica lo que sucedía en la URSS, en la cual la identificación de los deportistas incluía tres etapas, la selección básica que se encamina en propiciar el acercamiento al deporte de competición en la iniciación deportiva, la selección preliminar en las escuelas de formación y la final que incluye el resultado de la forma como se ha desarrollado el proceso.

- Selección Básica: (8 y 10 años) Se lleva a cabo de los entre una gran masa de escolares por parte del profesor de Educación Física, los que se sustentan principalmente, en observaciones generales y varios test de campo.
- Selección Preliminar: (10 y 12 años) Tiene lugar entre los, alrededor de 18 meses después de la selección básica. Está basada, en el ritmo de mejora de la capacidad física y los test de rendimiento específicos deportivos.
- Selección Final: (13-14 años) Esta selección final está basada en la

evaluación de un cierto número de factores de rendimiento específicos del deporte.

2.1.13.2. Método científico

Plantear métodos que determinen las capacidades y habilidades motrices de los deportistas en nuestro medio cada vez se hace más importante.

Cuando se trata de seleccionar jóvenes futbolistas para ser incluidos en un proceso de formación hacia el alto rendimiento, es necesario decidirse por un método científico, con posibilidades de precisarnos quienes disponen del mejor nivel en cuanto a aptitudes y actitudes para el fútbol de elite. En este método deberían aplicarse test y valoraciones científicamente válidos. (Wanceulen, 2006, pág. 63)

Este procedimiento analiza los términos de selección de una forma específica y objetiva, al evaluar las capacidades y habilidades motrices de los deportistas, esto llevara a conseguir con certeza los objetivos planteados. Los procesos de selección toman importancia en cualquier etapa que transite el deportista ya sea en su iniciación a la especialidad o en su etapa de formación, pero mientras más temprana sea la identificación, será de beneficio para el deportista que va hacer estimulado en su etapa de formación.

En el caso de la gimnasia, por ejemplo, desde muy temprana edad se estimula el desarrollo del organismo infantil bajo altos niveles de presión psicoemocional y física, a lo que todo niño se encuentra en capacidad de soportar. Pasados los diversos niveles de la escuela de formación, así como las distintas etapas de selección. (Leiva J. , 2010, pág. 40)

Al respecto se puede mencionar que la estimulación de los deportistas en edades tempranas luego de su selección, va a permitir un desarrollo

en plenitud de todas sus capacidades físicas, técnicas, tácticas, psicológicas que se requiere en el deporte.

2.1.14. Aspectos a tener en cuenta en la detección de talentos

En el fútbol actual, sino se acumula gran cantidad de entrenamiento, no se puede llegar a tener un nivel superior a los demás, por muy buenas condiciones innatas que tenga el deportista.

Para muchos especialistas en el tema, comienza hacer más relevante la práctica intencionada con largas horas de entrenamiento diario durante muchos años en una perfecta sincronía con planificación, estructura y metodología de trabajo, que unas determinadas capacidades innatas que definen nuestro rendimiento presente y futuro (Bloom 1985, Ericson y otros, 1993 en Omán y Seidel 2002) y donde la capacidad de aprendizaje continuo a lo largo del proceso va marcando poco a poco las diferencias entre unos y otros. (Wanceulen, 2006, pág. 61)

Al respecto, se debe identificar a los deportistas que luego pueden llegar a tener un rendimiento superior a los demás en base a entrenamientos bien estructurados con bases científicas, buscando la automatización de las acciones técnicas, además deben manifestar capacidad de aprendizaje tácticos, resolver dificultades que se presenten dentro del terreno de juego y su capacidad física debe seguir incrementándose.

Se puede considerar la selección como la decisión a un joven futbolista potencialmente apto para participar en los procesos de formación.

En la selección a largo plazo debe aplicarse una cierta prudencia en eliminaciones, ya que futbolistas destacados en las primeras etapas pueden no conseguir el nivel de alto rendimiento y otros, con rendimiento

inicial menor, puede progresar en el proceso formativo y lograr el mencionado alto nivel. (Wanceulen, 2011, pág. 93)

Por lo tanto un problema que menciona el autor citado, es que hay casos que debemos tener cuidado, es por ello que si se plantea una selección de talentos, estas deben estar pensadas en manejar todos los distintos escenarios que se presentan, para lo cual siempre se podrá manejar con un método mixto.

La detección de talentos debe originarse de forma temprana para poder mejorar ampliamente sus capacidades.

La formación como parte del proceso que facilitara el logro del necesario nivel en los factores de rendimiento, dentro de un marco de salud psico-física. Creemos que el talento futbolístico hay que detectarlo precozmente y aportarle el proceso formativo adecuado para el fútbol. (Wanceulen, 2011, pág. 94)

Nace nuevamente la “interrogante” de que si a un talento se lo forma o se lo encuentra, en base a lo mencionado por el autor, se puede concluir que siempre un talento detectado en edades tempranas más la preparación, son sin lugar a duda lo que a futuro va a generar grandes resultados.

Los métodos y técnicas para determinar las potencialidades de un deportista son diversos, lo que se debería tener en cuenta, es que a la hora de seleccionar se lo debe realizar de forma imparcial.

Como podéis comprobar. La captación la realizan los ojeadores, que son los que observan las actitudes de los chavales, fundamentalmente en partidos, y es al fin y al cabo la competición la que da la mayor información. Nosotros podemos decir si un sujeto es resistente rápido o fuerte, de forma aislada, pero si luego, mientras juega es despistado, poco motivado, o no tienen un posicionamiento correcto en el juego, tendremos

problemas, puesto que habremos cogido a un chico con muy buenas características, pero le falla algo importante. (Santisteban, 1998, pág. 15)

Al respecto, existen varios criterios e indicadores para la selección de talentos, pero el entrenador que asume esta responsabilidad lo debe realizar con la mayor objetividad, una sola práctica de fútbol preliminar, no va a indicar una certeza del posible potencial que posee un jugador, de preferencia será dar un seguimiento para determinar sus características generales.

Los diversos medios de captación de futbolistas ponen en manifiesto una serie de métodos, pero no se sabe con certeza cuál es la de mejor o menor opción, pero se deberían considerar una serie de factores para no errar en la selección de deportistas.

Por tanto, nosotros, una vez que han entrado los chicos, hacemos un perfil fisiológico con una serie de controles y, con ellos, sabemos dónde está, quizá podríamos decir dónde puede llegar si hacemos un seguimiento, no con control exclusivamente, como es el grupo, que tipos de trabajos se están haciendo y si se están haciendo bien. Hacemos un perfil del grupo, damos informaciones que puedan justificar determinados aspectos que el entrenador no puede ver, por ejemplo: este “chaval no corre, no está motivado, no está atento al juego”, y luego lo que realmente tiene es un Déficit Aeróbico importante que hace que las primeras carreras importantes las realice, pero luego tenga que ir a niveles más bajos porque no se recupera; y todas esas informaciones y determinadas acciones que ponemos en marcha para permitir determinar el estado de forma de este individuo, nos pueden ir dando o justificando el comportamiento de ese sujeto en el campo. (Santisteban, 1998, págs. 15,16)

Con respecto a lo citado se puede manifestar que las carencias físicas en el deportista son modelables, es por tal razón que también se debe apreciar la calidad técnica y la disciplina táctica que disponga el jugador dentro del campo de juego, cada entrenador será quien establezca un

método que ayude a desarrollar y fortalecer las capacidades físicas si así lo amerite el deportista, para lo cual es apropiado llevar un control del progreso o déficit que presente en algún momento.

No se debe seleccionar jugadores de fútbol por lo que son, sino que por lo que pueden llegar hacer en un momento determinado.

Para finalizar, podemos afirmar que la detección de talentos debe plantearse como un proceso sistemático y continuo, no se trata exclusivamente de detectar y olvidarse del joven hasta futuras valoraciones, desde nuestro punto de vista hay que prestar mucha atención a todo lo que gira alrededor de la formación del joven deportista, haciendo un seguimiento exhaustivo con el ánimo de controlar el mayor número de variables. Como ya se ha mencionado en anteriores ocasiones, el principal objetivo una vez detectado al talento es cuidarlo, controlarlo, ofrecerle unas condiciones de aprendizaje optimas similares a las que hemos ido exponiendo. (Wanceulen, 2006, pág. 62)

Sobre la base de la idea expuesta, en los criterios de selección de talentos se debe diferenciar unos de otros, en cuanto al aspecto técnico-táctico mediante el entrenamiento constante se puede mejorar, desarrollar y perfeccionar, mientras que en su morfología no, la velocidad es menos mejorable que la fuerza.

El fútbol es un juego de técnica adquirida, la cual no puede ser lograda de forma espontánea por todos ya que no llegan a alcanzar el mismo nivel de sutileza que demanda este deporte, es por tal razón por lo que es necesario llevar a cabo procesos que permitan seleccionar a los deportistas más dotados para poder adquirir y desarrollar la técnica.

2.1.15. Talento

Los talentos tienen que ser descubiertos, detectados y evaluados, este

último para establecer valores más acertados del posible potencial que poseen y encaminarlos de mejor manera en su proceso de formación.

Con frecuencia se relaciona talento para el fútbol con herencia genética, pero sería erróneo pensar que solo con esos factores se puede llegar a la elite. Los jóvenes futbolistas que llegan a conseguir el éxito en el alto rendimiento, aportan esas características genéticas diferenciadoras y, además, muchos años de especial empeño y duro trabajo dentro de su proceso formativo. (Wanceulen, 2008, pág. 20)

Los deportistas que reúnan las condiciones necesarias para el fútbol tienen que estar a disposición de entrenadores capacitados que les brinden las herramientas apropiadas en su etapa de formación, en este sentido es importante contar con el apoyo de la dirigencia de los clubes con la alimentación, hidratación, sustento y con infraestructura necesaria y adecuada, que les brinde la posibilidad de desarrollar sus capacidades.

Hablar de talento es considerar una serie de aspectos que no solo dependen de la genética, ni de las potencialidades que pudiera tener un deportista, en mucho de los casos se suman la voluntad, el interés y la disposición para el esfuerzo. “En la selección de talentos, existe aún una gran obsesión en la mayoría de los entrenadores por los jugadores altos y fuertes, independientemente de su calidad y de su potencial evolutivo”. (Pacheco R. , 2004, pág. 55)

Con respecto a la definición de Wanceulen y Pacheco, se puede mencionar que la capacidad y calidad técnica de los futbolistas en edades juveniles tienen una establecida ventaja, del mismo modo las diferentes posiciones en un equipo tienen importancia, un físico superior a estas edades pueden ser determinantes, habrá que distinguir si su éxito proviene solo de su tamaño y fuerza o si disponen también de habilidad.

Los talentos se detectan y se reconocen en el entrenamiento

sistemático a largo plazo, creando en el deportista actitudes favorables para el deporte con la ayuda de métodos y técnicas propias de la especialización.

Se dice de persona con talento, aquella que por su capacidad de asimilación y rendimiento destaca en una especialidad deportiva determinada. El talento depende de la capacidad individual, de las motivaciones del sujeto y del medio social, expresión de interacción de estas condiciones. El talento tiene que ser no solo descubierto sino también estimulado y formado. (Blázquez Sánchez, 1995, pág. 448)

El talento deportivo no solo tiene que ser descubierto, sino que también debe de ser formado, para que el desarrollo del rendimiento alcance el nivel necesario con una preparación continua a largo plazo y con entrenamientos planificados. La selección de talentos es un proceso en el cual se individualiza a las personas dotadas de actitudes para determinado deporte.

El talento constituye una de las condiciones fundamentales para acceder a la excelencia en el deporte de competición. Su identificación constituye el primer paso para seleccionar a los sujetos con aptitudes necesarias para conseguir los más altos niveles del perfeccionamiento deportivo, a través de un complejo proceso de especialización. (Leiva, 2010, pág. 18)

Según lo citado por el autor, talento deportivo es aquel deportista que presenta condiciones superiores a la de los demás con alta adaptabilidad de recursos y creatividad, apto para la especialización deportiva.

2.1.15.1. Clasificación de los talentos deportivos, atendiendo a la edad

Tanto en el fútbol como en otros deportes es de mucha importancia descubrir los talentos en edad temprana y más aún si es en la comunidad,

en escuelas públicas, privadas, instituciones deportivas de recreación y de formación, teniendo un conjunto de opciones dentro de la población.

- Los talentos detectados en edades tempranas: Este caso sería ideal, pero podemos tomar muchos de los factores desatinadamente, porque el sujeto no ha terminado su formación física, psíquica y pedagógica. Frecuentemente los tempranos talentos infantiles quedan como víctimas de la ignorancia de los entrenadores y de la ambición equivocada de sus padres.
- Los talentos de edad adecuada: Está considerada en dependencia de las características específicas y fisiológicas de los diferentes deportes. En esta edad se detectan más claramente las posibilidades del futuro atleta de alto rendimiento.
- Los talentos en edades adultas (detección retardada): Es muy común en los casos de los países de América Latina que se detecten talentos, y a veces grandes talentos, después de los 20 años de edad y más. En general estos individuos se caracterizan por su buena aptitud fisiológica y posibilidades aerobias, así como psicológicas, pero con deficiencia en su preparación general. (Balmaseda, 2009, pág. 20)

De las definiciones anteriores se puede concluir que la captación de talentos deportivos abarca varios niveles, como, detección, selección y perfeccionamiento, sería de mucha importancia reconocerlos en edades tempranas apropiadas, para luego dar un seguimiento continuo sin necesidad de apresurarlos en su proceso de formación.

Cada deporte es específico y en la selección de talentos para el fútbol se deben tomar en cuenta las variables que demanda esta disciplina.

El talento deportivo es específico y, por lo tanto, la

selección de talentos para el fútbol, tiene que ser una predicción específica de capacidades para el fútbol de alto rendimiento. Habrá que seleccionar jóvenes con potencialidades en los factores de rendimiento generales, y en los específicos que son característicos de los esfuerzos en fútbol. (Wanceulen, 2008, pág. 52)

Al respecto cabe resaltar que los jóvenes que presentan características diferenciadas a los demás, disponen de aptitudes y habilidades específicas de esta disciplina deportiva, ya sean de forma hereditaria o adquirida, en lo posible en la etapa de formación, se podrá considerar la predicción orientada a la posible posición dentro del campo de juego.

Si nos basamos en los referentes que se tratan en la presente obra, se abren nuevas posibilidades de predicción y anulamos el tipo de detección de jóvenes valores para el fútbol, que, erróneamente practican los que trabajan en la dirección resultadista, es decir, los que no saben valorar más que la talla, y no entran en valorar el resto de los factores de rendimiento para el futuro, que son los que nos van a ayudar a seleccionar con más acierto. El jugador alto, sí, pero siempre que disponga un nivel suficiente en el equilibrio de las restantes capacidades. Pero, esto también hay citarlo para el jugador de talla media y el de talla baja. (Wanceulen, 2008, pág. 53)

En este sentido los equipos de fútbol en la edad adulta presentan diversas características de los jugadores, comprenden una estatura media y alta, pero no se debe considerar la estatura un factor determinante, pero cabe resaltar que para determinadas posiciones en el campo de juego es necesario que presenten las características necesarias, lo que si debe predominar son todos los factores de rendimiento como las capacidades físicas, técnicas, tácticas, psicológicas, etc. y no solo la estatura de los jugadores.

Varios son los aspectos a considerar para la selección de talentos en su proceso de formación hacia el alto rendimiento. La selección y formación de jóvenes futbolistas no la fundamentamos exclusivamente en

la disposición de sus características genéticas. Valoramos:

- La calidad del proceso formativo.
- La planificación de una adecuada coherencia interna entre las etapas de entrenamiento.
- El compromiso de autoexigencia del propio futbolista en su proceso de formación integral y no solo en el aspecto deportivo.
- Su disposición para el esfuerzo en entrenamientos y partidos.
- Su capacidad de aprendizaje.
- Su margen de mejora con relación a la edad en que se inicia su proceso formativo.
- La concurrencia de un entorno favorable: Familia, entrenador, club con adecuados medios, infraestructura y filosofía formativa, etc., etc. (Wanceulen, 2008, págs. 53,54)

La formación del jugador de fútbol debe abarcar varios aspectos, lo más importante es que disponga del afecto familiar en la cual pueda beneficiarse de su alimentación, descanso, disciplina, educación, etc., para que no se vean mermadas sus capacidades en desarrollo.

2.1.16. Evaluación

La evaluación en todo proceso deportivo-educativo es de gran importancia, para determinar las condiciones en las que se encuentran los deportistas.

Son necesarios dos tipos de ejercicios evaluativos, los que indican técnicas de fútbol específicas y los que revelan las condiciones físicas básicas de los jugadores (p.ej.: pies rápidos, agilidad, potencia de piernas, habilidad en los saltos verticales, velocidad y resistencia). La rapidez y la agilidad pueden medirse saltando obstáculos, la potencia de piernas, con una máquina de flexiones; la habilidad en los saltos

verticales, con pruebas de salto a distancia; la velocidad, según la distancia corrida en 40 segundos, y la resistencia, corriendo 2Km con el tiempo cronometrado. (Warren, 2004, pág. 277)

Al momento de conocer las aptitudes y habilidades de un jugador de fútbol, se deben establecer procesos de evaluación, acorde a las necesidades de la disciplina deportiva, que nos indiquen con certeza las potencialidades o deficiencias que presenta.

2.1.16.1. Evaluación de la capacidad física

Dentro de la evaluación deportiva se deben aplicar los diferentes test que permitan conocer la capacidad física del deportista de manera objetiva.

La mayor parte de los controles que se realizan al deportista están constituidos por pruebas que informan del nivel en que se encuentran sus capacidades físicas, tanto general como especial, para obtener un rendimiento dado. Dichas pruebas consisten en la aplicación de determinadas baterías de test, los cuales han sido previamente validados. (Granell, 2011, pág. 80)

En este sentido, están sustentadas en las ciencias aplicadas a la actividad física, las cuales permiten una mayor validez, tipificación, objetividad y fiabilidad en la detección y selección de futbolistas en las categorías infanto-juveniles.

2.1.17. Test de la condición física

La condición física en el fútbol es un factor importante en el desempeño y rendimiento, para así alcanzar óptimos resultados de los deportistas “Los test de la condición física para los jugadores de fútbol pueden diseñarse para abarcar los componentes técnicos, tácticos, psicológicos y

de condición física del juego”. (Bangsbo, 2002, pág. 85)

Con respecto al autor, los test pueden aplicarse de diferente forma, como los test de campo o laboratorio, los primeros son más accesibles por ser económicos, los de laboratorio necesitan seguir protocolos que simulen la actividad deportiva.

2.1.18. Razones para hacer los test

Los test deben hacerse, con un propósito, por lo que hay que definir objetivos claros antes de elegir un test determinado. Existen varias buenas razones para hacer test a los jugadores:

- Para estudiar el efecto de un programa de entrenamiento.
 - Para motivar a los jugadores a entrenarse con mayor dureza.
 - Para dar a los jugadores resultados objetivos.
 - Para que los jugadores sean más conscientes de los objetivos del entrenamiento.
 - Para evaluar si un jugador está preparado para jugar en un partido de competición.
 - Para planificar programas de entrenamiento a corto y a largo plazo.
- (Bangsbo, 2002, pág. 85)

De lo citado, se puede mencionar que el entrenador necesita usar medidas de valoración a sus deportistas, sus razones son múltiples, como para saber los efectos que causan sus contenidos de entrenamientos, seleccionar futuros jugadores mediante el sistema de aplicación de test de valoración física, técnica, táctica, psicológica, etc. Se podrán conocer con mayor certeza las aptitudes y actitudes que presentan determinados deportistas, pero para esta investigación nos basamos solo en los test de valoración de capacidades físicas y técnicas individual de cada uno. Son varias las evaluaciones que se pueden aplicar para el rendimiento

deportivo, pero a la hora de seleccionar cuál de ellos serán beneficiosos, se deben aplicar los que se asemejen a la competición y las posibles variables que se generen a su alrededor.

A fin de satisfacer estos propósitos, es importante que el test usado al deportista tenga relación con el fútbol y que reproduzca las condiciones durante, un partido. Sin embargo, debido a los muchos aspectos del juego, hay que ser consciente de que un test no puede proporcionar como rendirá un jugador durante un partido. (Bangsbo, 2002, pág. 86)

Al respecto, el rendimiento del jugador de fútbol dentro del campo de juego en una competición de carácter oficial, no está determinado por solo un aspecto, sino que se le puede sumar factores endógenos y exógenos que pueden influir en su comportamiento durante una competencia.

2.2. Posicionamiento teórico personal

Realizando una serie de investigaciones sobre las teorías del aprendizaje, de una manera documental, se ha llegado a la conclusión que existen diferentes paradigmas enfocados al aprendizaje del hombre, durante muchos años atrás se han puesto en manifiesto estas teorías, cada una con sus distintos representantes, en el cual nos identificamos con la Teoría Constructivista.

Esta Teoría permite al hombre, en este caso al joven futbolista a desarrollar sus diferentes capacidades tanto cognitivas como también las físicas y desenvolverse de una manera adecuada y efectiva en sus distintos ambientes deportivos y sociales, construyendo sus propias ideas, en manera que va desempeñando sus condiciones técnicas y tácticas en su formación deportiva.

En el contexto deportivo podrá tomar sus propias decisiones, mediante

la creatividad y la experiencia, siendo responsable de su forma de ser, ejecutará de manera más controlada y coordinada sus diferentes movimientos en un campo de juego, al pretender mostrar sus habilidades físicas y técnicas, a la hora de ser evaluado por los entrenadores de turno que estén observándolo.

Con el constructivismo se pondrán en práctica las fortalezas que se han ido adquiriendo en su trayecto de formación como futbolista, en todos sus aspectos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos, desempeñando un rol importante en todo su entorno, sus ideas fluirán y la espontaneidad será una estrategia que la pueda utilizar cuando sea necesaria.

2.3. Glosario de términos

Capacidades físicas. - Podemos definir las capacidades físicas básicas como: “los factores que determinan la condición física del individuo, que lo orientan hacia la realización de una determinada actividad física y posibilitan el desarrollo de su potencial físico mediante su entrenamiento.

Clubes.- Sociedad creada por un grupo de personas que comparten ciertos intereses y que desarrollan conjuntamente actividades culturales, recreativas o deportivas.

Cognitivo. - que el estudiante sea capaz de procesar la información a partir de la percepción, a partir de sus experiencias.

Cualitativo. - Lo cualitativo es aquello que está relacionado con la cualidad o con la calidad de algo, es decir, con el modo de ser o con las propiedades de un objeto, un individuo, una entidad, o un estado.

Cuantitativo. -Pertenece o relativa a la cantidad.

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

Didáctica. - Es el arte de enseñar. Es, por tanto, la ciencia que va dirigir y orientar la educación.

Empirismo. - Se conoce como empirismo a un movimiento filosófico que confía en las experiencias humanas como las únicas responsables por la formación de ideas y conceptos existentes en el mundo.

Entrenador. - Es el que se les aplica a aquellas personas que desenvuelven el rol de guías para diferentes actividades, que entrenan a una persona y ponen en práctica sus conocimientos a través de la enseñanza.

Evaluación. - Se denomina evaluación al proceso dinámico a través del cual, e indistintamente, una empresa, organización o institución académica puede conocer sus propios rendimientos, especialmente sus logros y flaquezas y así reorientar propuestas o bien focalizarse en aquellos resultados positivos para hacerlos aún más rendidores.

Fiabilidad. - Probabilidad de buen funcionamiento de algo.

Fundamento. - Principio y cimiento en que estriba y sobre el que se apoya un edificio u otra cosa.

Fundamentos técnicos. - Principios básicos de las diversas acciones de ataque y defensa en el juego, fundamental para el dominio de las acciones motoras específicas de un deporte específico.

Habilidad. - La habilidad es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que ostenta una persona para llevar a cabo y por supuesto con éxito, determinada actividad, trabajo u oficio.

Metodología. - Conjunto de métodos que se siguen en una disciplina científica, en un estudio o en una exposición doctrinal.

Movilidad articular.- Capacidad para desplazar un segmento o parte del cuerpo dentro de un arco de recorrido lo más amplio posible manteniendo la integridad de las estructuras anatómicas implicadas.

Paradigma. - Ejemplo o modelo de algo. En gramática, conjunto de formas que sirven de modelo o base en los diferentes tipos de flexión.

Parámetro.- Se conoce como parámetro al dato que se considera como imprescindible y orientativo para lograr evaluar o valorar una determinada situación.

Selección. - El termino selección se utiliza para hacer referencia al acto de elegir, seleccionar una cosa, objeto o individuo entre un conjunto de elementos o individuos similares.

Somatotipo.- Tipo corporal o físico. Los tres principales tipos de físico corporal son: endomorfo, mesomorfo y ectomorfo.

Talento. - Se trata de la capacidad para ejercer una cierta ocupación o para desempeñar una actividad. El talento suele estar asociado a la habilidad innata y a la creación, aunque también puede desarrollarse con la práctica y el entrenamiento.

Teoría. - Una teoría puede ser el grupo de leyes y preceptos que posibilitan el establecimiento de vínculos entre sucesos o fenómenos. El concepto también puede referirse a la hipótesis cuyo resultado se puede aplicar a una ciencia o al conocimiento que aún no pudo ser demostrado.

2.4. Interrogates de investigación

- ¿Cuál es el nivel de ejecución de los factores físicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?
- ¿Cómo valorar los factores técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?
- ¿Cómo elaborar baremos para mejorar la aplicación en los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?

2.5. Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADOR
Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva.	Factores físicos	Fuerza	Salto horizontal
			Abdominal 30s
			Flexión de brazos 30s
		Resistencia	1000m
		Velocidad	30m lanzados
		Flexibilidad	Coxofemoral
La técnica es el conjunto de acciones que puede desarrollar el jugador con el balón, dominándolo, utilizando para ello cualquiera de las superficies de contacto que permite el reglamento.	Factores técnicos	Dominio	Habilidad
		Conducción	Habilidad en conducción en circuito cerrado establecido
			Habilidad en conducción sorteando conos
		Precisión	Tiro
Recepción	Control		
Seleccionar es buscar la mayor correspondencia entre las características individuales, particularidades y aptitudes de la persona para con las exigencias propias de una u otra especialidad.	Selección de talentos para el fútbol	Test	Físicos
			Técnicos

Autor: Mauricio Duque

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

Mediante la investigación se recolectó datos de forma descriptiva según la naturaleza, cualitativa y cuantitativamente en los procesos de evaluación que se empleó a los jugadores infanto-juveniles de la Escuela de Fútbol El Nacional en la ciudad de Quito.

3.1.1. Investigación documental

Este trabajo de investigación estuvo enfocado en el contexto deportivo, se basa en la recolección de información de manera documental, que basados en distintas teorías permitió direccionar de una manera acertada, para poder establecer una propuesta de forma cuantitativa de los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional categoría sub 14 en la ciudad de Quito.

3.1.2. Investigación de campo

Este trabajo de investigación se realizó en la Escuela de Fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en la ciudad de Quito, el mismo que permitió fundamentar los aspectos físicos y técnicos a la hora de ser evaluados a los futbolistas y que sirvió de aporte para determinar el procedimiento que se llevan a cabo al evaluar a los jugadores para formar parte en la categoría sub 14, en el año 2016.

3.1.3. Investigación bibliográfica

Para realizar esta investigación se basó prácticamente en los contenidos de libros y documentos científicos de varios autores, que mencionan acerca de los procesos de selección de talentos, que se deberían efectuar en el campo deportivo, esta investigación bibliográfica fue de gran ayuda para plantear y fundamentar los factores físicos y técnicos que determinan para seleccionar jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportó a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

3.1.4. Investigación descriptiva

Esta investigación se efectuó para seguir reconociendo una serie de situaciones del problema al momento de seleccionar jugadores, admitió a efectuar una serie de hipótesis, para poder fundamentar de forma objetiva un modelo más confiable al momento de evaluar a los jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional.

3.1.5. Investigación propositiva

Esta investigación fue de gran utilidad para proponer una serie de alternativas a los distintos monitores y entrenadores, al momento de seleccionar jugadores en la Escuelas de Fútbol El Nacional para aportar a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

3.2. Métodos

3.2.1. Métodos empíricos

Observación. - Se efectuaron mediante una forma visual, el cual permitió

observar a los jugadores de forma directa los factores que se tomaron en cuenta y se emplean en las pruebas en la Escuela de Fútbol El Nacional, para aportar a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

La recolección de datos. - Fue una actividad de mucha utilidad para registrar datos que permitieron determinar los factores físicos y técnicos que se establecen a la hora de seleccionar jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional en la ciudad de Quito y que aportan a la sub 14 en el año 2016.

3.2.2. Métodos teóricos

3.2.2.1. Método científico

Este tipo de método científico se llevó a cabo para continuar con el proceso de investigación, con el afán de llevar una serie ordenada de procedimientos que permitieron diagnosticar los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

3.2.2.2. Método inductivo

Guiado en este método permitió observar y determinar el posible error que estuvo ocurriendo mediante el procedimiento de seleccionar jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional para aportar a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito, en el año 2016.

3.2.2.3. Método deductivo

Mediante y con el empleo de este método se indujo a tener en cuenta

el problema que se investigó, en los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en las Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

3.2.2.4. Método analítico

Este método de investigación incitó a tener un conocimiento de lo que está sucediendo en el contexto deportivo y cómo afecta en el rendimiento, el cual se realizó un análisis de la situación actual en el estudio de los factores físicos y técnicos que determinan para una adecuada selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional.

3.2.2.5. Método sintético

En esta investigación se conoció y formuló las diferentes causas y efectos que se pudieron suscitar en los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional de la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

3.2.2.6. Método estadístico

Se aplicó una serie de cuadros gráficos, como técnicas para recopilar datos en los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

3.3. Técnicas e instrumentos

En este proceso de investigación se empleó algunos medios que

permitieron recopilar datos, utilizamos varias técnicas e instrumentos como los diferentes test que se aplicaron a un grupo de jugadores en la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional en la ciudad de Quito.

3.4. Población

Para la elaboración de esta investigación se consideró a la población de la Ciudad de Quito, se dirigió a los lugares y sitios de entrenamiento de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional en el año 2016.

3.5. Muestra

Para efectuar los respectivos cálculos, se tomó de muestra a la mayor población de deportistas de la Escuela de Fútbol El Nacional, con sede en Quito, los cuales constituyen setenta jugadores de fútbol en la sub 14.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

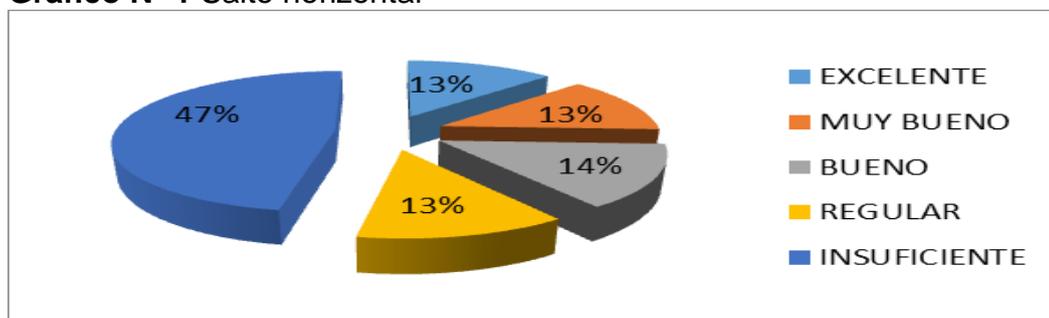
Tabla Nº 1 Porcentaje test salto horizontal

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	9	13%
MUY BUENO	9	13%
BUENO	10	14%
REGULAR	9	13%
INSUFICIENTE	33	47%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico Nº 1 Salto horizontal



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Mediante el test de salto horizontal se pudo evidenciar que los deportistas tienen una condición física distribuida en distintos parámetros, menos de la mitad con capacidad insuficiente seguido de regular, bueno, muy bueno y excelente, lo que se sugiere poner más interés en esta capacidad.

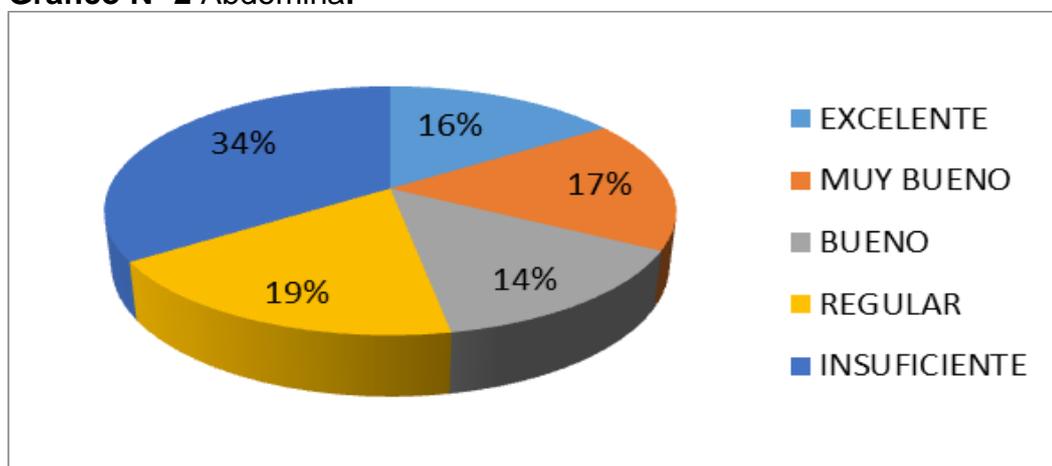
Tabla N° 2 Porcentaje test abdominal 30s

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	11	16%
MUY BUENO	12	17%
BUENO	10	14%
REGULAR	13	19%
INSUFICIENTE	24	34%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 2 Abdominal



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Luego de evaluar el test abdominal, se pudo evidenciar que los deportistas tienen una condición física distribuidos en distintos parámetros, menos de la mitad con capacidad insuficiente, seguido de regular, bueno, muy bueno y excelente lo que se sugiere ejercitar más esta zona del cuerpo.

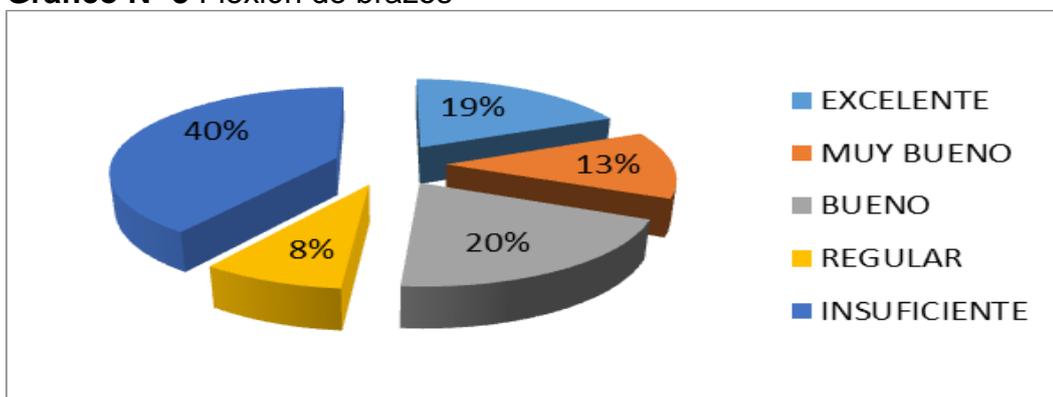
Tabla Nº 3 Porcentaje test de flexión de brazos 30s

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	13	19%
MUY BUENO	9	13%
BUENO	14	20%
REGULAR	6	9%
INSUFICIENTE	28	40%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico Nº 3 Flexión de brazos



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Con respecto al test de flexión de brazos, se pudo evidenciar que los deportistas tienen una condición física distribuidos en distintos parámetros, menos de la mitad con capacidad insuficiente, seguido de regular, bueno, muy bueno y excelente lo que se sugiere ejercitar más esta zona del cuerpo.

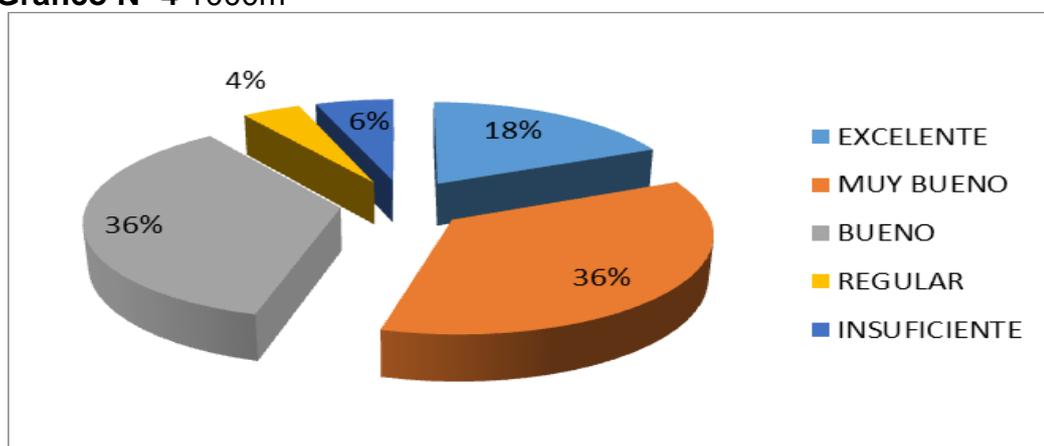
Tabla N° 4 Porcentaje test de 1000m

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	13	19%
MUY BUENO	25	36%
BUENO	25	36%
REGULAR	3	4%
INSUFICIENTE	4	6%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 4 1000m



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Luego de evaluar mediante el test de 1000 m, se pudo evidenciar que los deportistas, más de la mitad tienen una condición física positiva, en mayor número bueno, muy bueno y excelente seguido de un porcentaje reducido de regular e insuficiente, lo que indica que los contenidos para desarrollar esta capacidad se realizan de buena manera.

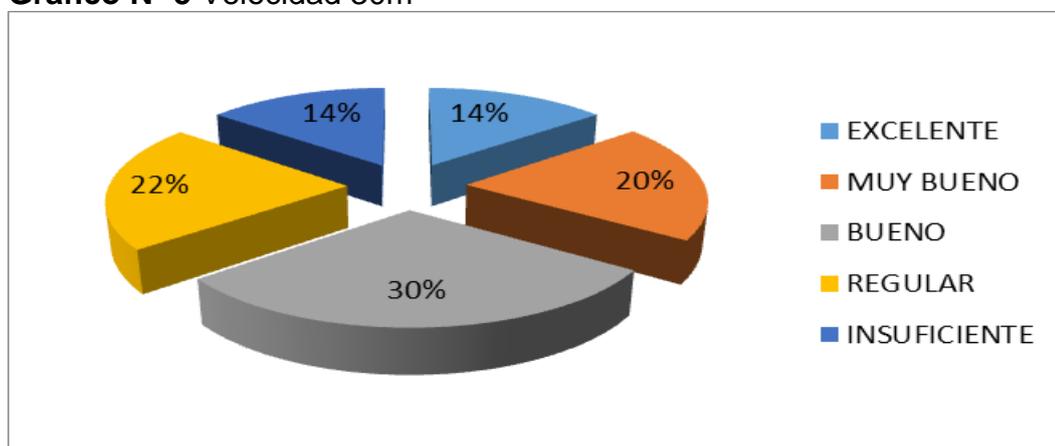
Tabla N° 5 Porcentaje test de velocidad 30m

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	10	14%
MUY BUENO	14	20%
BUENO	21	30%
REGULAR	15	21%
INSUFICIENTE	10	14%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 5 Velocidad 30m



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Con respecto al test de velocidad 30 m, se pudo evidenciar que los deportistas tienen una condición física distribuidos en distintos parámetros, más de la mitad tienen una condición bueno a regular, seguido de insuficiente, muy bueno a excelente, lo que se sugiere dar más importancia a esta capacidad en sus sesiones de entrenamiento.

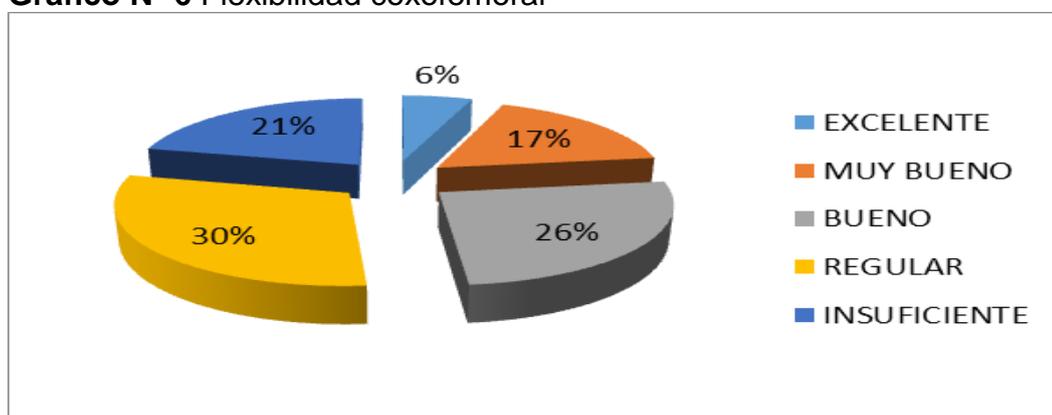
Tabla N° 6 Porcentaje test de flexibilidad coxofemoral

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	4	6%
MUY BUENO	12	17%
BUENO	18	26%
REGULAR	21	30%
INSUFICIENTE	15	21%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 6 Flexibilidad coxofemoral



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Con respecto al test de flexibilidad coxofemoral, se pudo evidenciar que los deportistas tienen una condición física distribuidos en distintos parámetros, más de la mitad tienen una condición negativa de regular a insuficiente, seguido de bueno, muy bueno a excelente, lo que explica que esta condición no se la emplea de una manera adecuada en sus sesiones de entrenamiento.

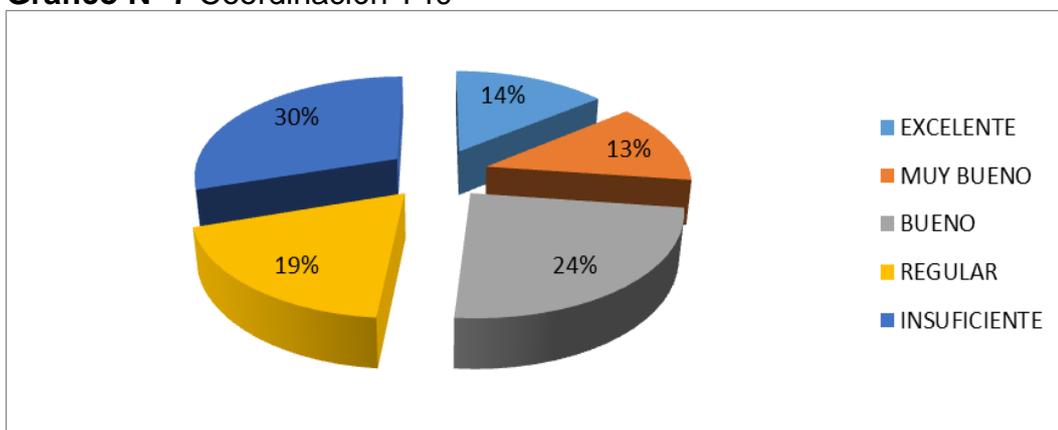
Tabla N° 7 Porcentaje test T40

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	10	14%
MUY BUENO	9	13%
BUENO	17	24%
REGULAR	13	19%
INSUFICIENTE	21	30%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 7 Coordinación T40



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Luego de evaluar mediante el test de coordinación T40, se pudo evidenciar que los deportistas no tienen una condición aceptable, apenas un poco más de la mitad se encuentran en un estado de insuficiente, regular a bueno, seguido de muy bueno, excelente lo que indica que estos contenidos no son asimilados de mejor manera.

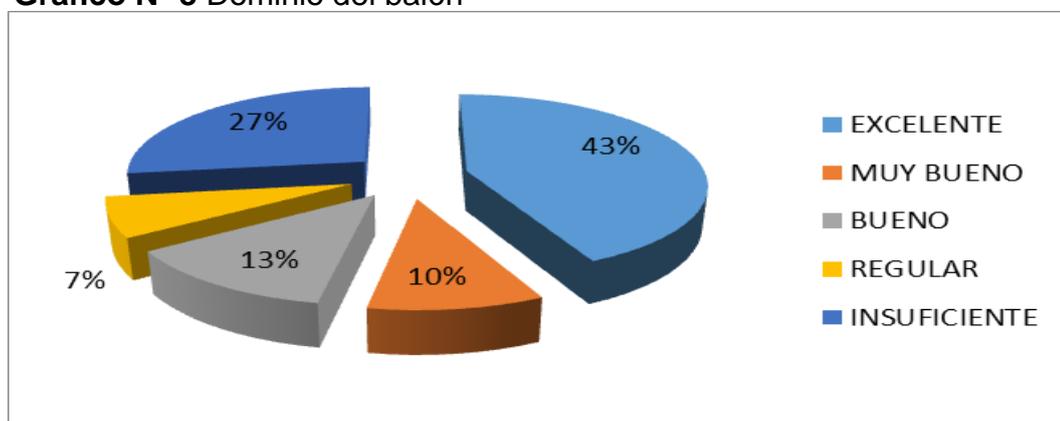
Tabla Nº 8 Porcentaje test de habilidad en dominio del balón

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	30	43%
MUY BUENO	7	10%
BUENO	9	13%
REGULAR	5	7%
INSUFICIENTE	19	27%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico Nº 8 Dominio del balón



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Con respecto al test de dominio, se pudo evidenciar que los deportistas en mayor porcentaje se encuentran en una condición técnica excelente, muy bueno y bueno, seguido de un menor porcentaje regular e insuficiente, lo que se estima que a este fundamento se le da gran importancia en sus sesiones de entrenamiento.

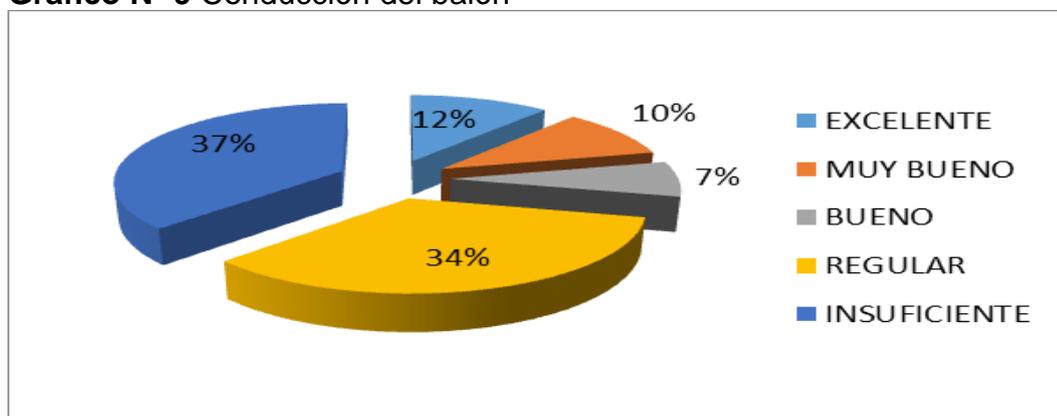
Tabla N° 9 Porcentaje test de conducción del balón

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	8	11%
MUY BUENO	7	10%
BUENO	5	7%
REGULAR	24	34%
INSUFICIENTE	26	37%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 9 Conducción del balón



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Con respecto al test de conducción en circuito fijado, se pudo evidenciar que más de la mitad de los deportistas presentan una condición técnica, insuficiente a regular, seguido de bueno, muy bueno a excelente, lo que supone que a este fundamento hay que realizar las correcciones más oportunas para que sea efectiva.

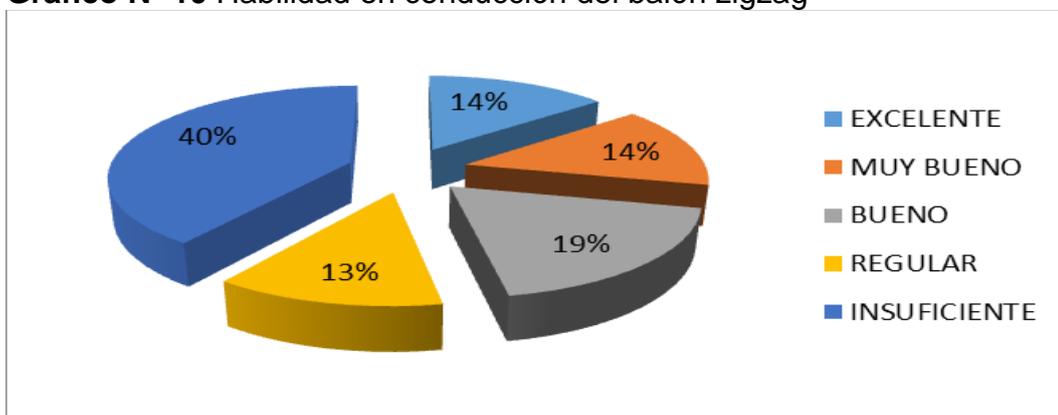
Tabla N° 10 Porcentaje test de habilidad en conducción del balón zigzag

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	10	14%
MUY BUENO	10	14%
BUENO	13	19%
REGULAR	9	13%
INSUFICIENTE	28	40%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 10 Habilidad en conducción del balón zigzag



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Luego de evaluar mediante el test de habilidad, se pudo evidenciar que un poco más de la mitad se encuentran en una condición técnica insuficiente, regular a bueno, el resto se subdivide en un porcentaje muy bueno y excelente, lo que supone que se debe reforzar un poco más los contenidos en este fundamento técnico.

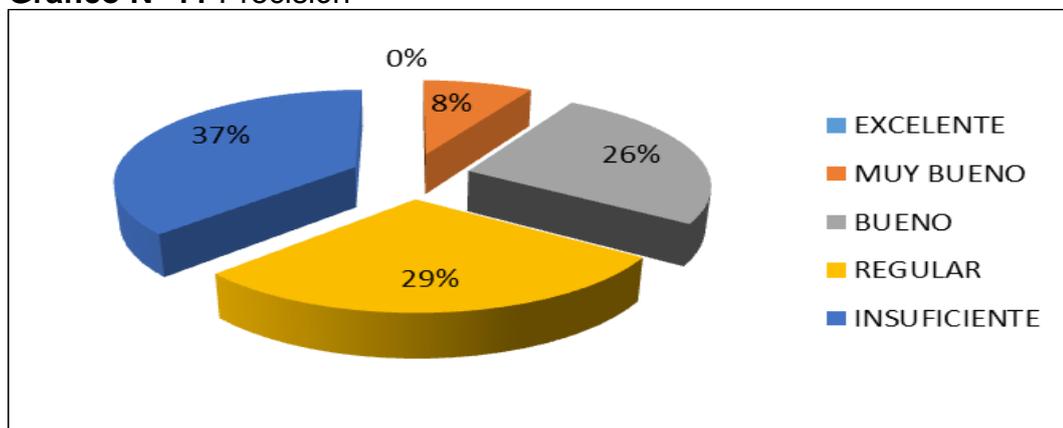
Tabla N° 11 Porcentaje test de precisión

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	0	0%
MUY BUENO	6	9%
BUENO	18	26%
REGULAR	20	29%
INSUFICIENTE	26	37%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 11 Precisión



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

En lo que refiere con respecto al test de precisión, se pudo evidenciar que la mayor parte presenta una condición de insuficiente a regular, seguido de bueno y muy bueno, lo que supone que a este fundamento hay que ponerle más atención en sus contenidos.

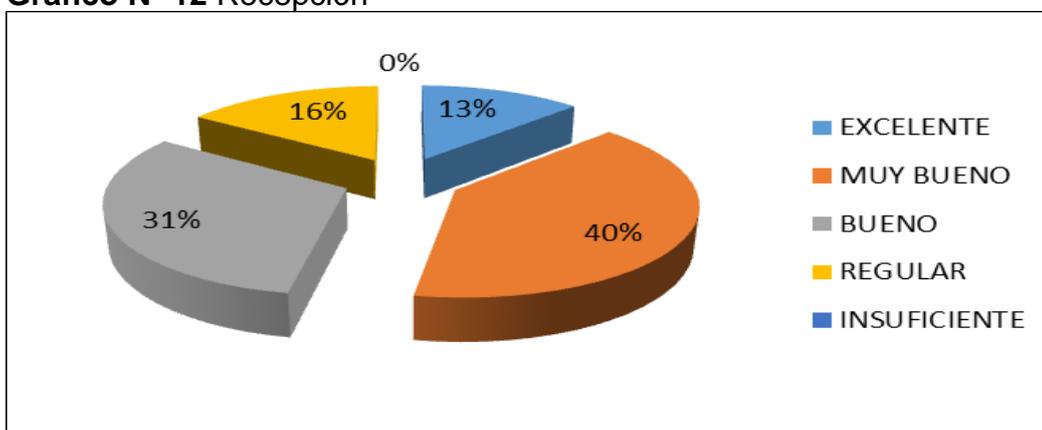
Tabla N° 12 Porcentaje test de recepción

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	9	13%
MUY BUENO	28	40%
BUENO	22	31%
REGULAR	11	16%
INSUFICIENTE	0	0%
TOTAL	70	100%

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Gráfico N° 12 Recepción



Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

INTERPRETACIÓN

Luego de evaluar mediante el test de recepción, se pudo evidenciar que más de la mitad se encuentran en una condición técnica positiva, en un porcentaje mayor de bueno a muy bueno, seguido de regular y excelente, lo que supone que se está empleando de buena manera los contenidos en este fundamento técnico.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- En lo referente a la capacidad física se diagnosticó que los jugadores evaluados tienen una condición regular a bueno.
- En cuanto a la habilidad técnica se valoró que los jugadores evaluados tienen una condición regular a bueno.
- En lo referente a la elaboración de baremos físicos y técnicos, se concluyó con parámetros de calificación de excelente, muy bueno, bueno, regular e insuficiente.

5.2. Recomendaciones

- Se sugiere consolidar la variación sistemática de los contenidos y métodos de entrenamiento, los cuales permitan mejorar las distintas capacidades físicas en los deportistas de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional.
- Se aconseja fortalecer una correcta aplicación de los contenidos técnicos de forma globalizada, con el objetivo de coaccionar acciones técnicas en los deportistas de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional.
- Se recomienda la valoración periódica y se establezca en la institución

patrones de evaluación que permitan conocer su verdadero potencial en cuanto a su capacidad física y habilidad técnica en los deportistas de la Escuela de Fútbol El Nacional.

5.3. Contestación a las interrogantes de investigación

¿Cuál es el nivel de ejecución de los factores físicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?

De acuerdo a los resultados obtenidos en los test físicos se puede mencionar, que la mayoría de los deportistas evaluados de las escuelas de fútbol investigadas, tienen una condición física en 1000 metros, entre bueno, muy bueno y excelente, con respecto a la velocidad, entre bueno y regular, referente a la fuerza, regular e insuficiente, en flexibilidad, regular e insuficiente, en coordinación T40, insuficiente, bueno y regular, lo que se recomienda reforzar más estos contenidos de las cualidades condicionales, que son esenciales para conseguir óptimos resultados deportivos.

¿Cómo valorar los factores técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?

Mediante la aplicación de pruebas específicas, se pudo evaluar la habilidad técnica de los integrantes de la Escuela de Fútbol del Club El Nacional. De acuerdo a los resultados obtenidos en los test técnicos, se puede mencionar, que la mayoría de los deportistas evaluados de las Escuelas de fútbol investigadas, presentan una condición técnica de la siguiente manera. En dominio excelente, en conducción entre regular e

insuficiente, habilidad insuficiente, en precisión insuficiente y en recepción muy bueno.

¿Cómo elaborar baremos para mejorar la aplicación en los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?

En el fútbol se debe tener en cuenta procesos de evaluación que permitan determinar las potencialidades y deficiencias de los jugadores, para establecer programas útiles en contenidos que beneficien el aprendizaje del deportista y sean más óptimos los resultados en su rendimiento. La propuesta consta de una fundamentación teórica pertinente, con un análisis gráfico, estadístico, e interpretación de los resultados obtenidos.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1. Título

BAREMOS FÍSICOS Y TÉCNICOS QUE DETERMINAN PARA SELECCIONAR JUGADORES EN LA ESCUELA DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL Y QUE APORTAN A LA CATEGORÍA SUB 14 EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2016.

6.2. Justificación e importancia

En el fútbol actual del país, la problemática relacionada con la selección o captación de jugadores de fútbol se lo ha venido llevando con un grado de escepticismo, las innumerables interpretaciones de los técnicos ocupados en este tema, las posiciones encontradas no han permitido responder con claridad a las dudas más importantes que todavía se mantiene en el proceso de selección de jugadores en el fútbol.

Mientras algunos jugadores salen por circunstancias espontaneas otros lo hacen por un programa sistemático de búsqueda de mejores capacidades físicas y de habilidades técnicas, basada en criterios y posiciones científicas y metodológicas, junto a este problema carente de definiciones, más la falta de directrices y clarificación de paradigmas que si el talento “nace o se hace” o si la “mejor escuela viene a ser la calle” han traído una incertidumbre en la actualidad sobre la selección de jugadores tanto en el ámbito deportivo como científico nos inspire gran desconfianza e incertidumbre.

Por lo tanto, se identificó de cómo se llevan a cabo estos elementos en el tema de selección de jugadores en nuestra ciudad, que por lo general se basan en factores poco específicos y especialmente en subjetivos de parte de quienes manejan este tema en las Escuelas de Fútbol El Nacional.

En cambio lo que se pretendió en este tema de estudio, fue dar un cambio sustancial en un procedimiento más adecuado en la selección de jugadores, y para eso fue necesario conocer la manera o la forma de cómo se estuvo llevando en las Escuelas de Fútbol los procesos de selección de jugadores para aportar a las categorías formativas, por lo tanto propusimos plantear una batería de test específicos y baremos de capacidad física y de habilidad técnica, que sin duda van a dar otro performance a este tema muy complejo y que en la actualidad no se está tratando en su totalidad como lo amerita.

Por otro lado, queremos justificar sobre el progresivo y exigente proceso de formación deportiva que hoy demanda a los futbolistas, plantea como tarea principal enfatizar en la calidad del proceso de selección de jugadores en tempranas edades y que se inician en este deporte, ya que las exigencias desde el punto de vista competitivo son cada vez mayores, que obligan a una selección más absoluta apoyados en las bases científicas del entrenamiento deportivo.

6.3. Fundamentación

Es de gran importancia saber el nivel de capacidad física y habilidad técnica que tiene un jugador de fútbol dentro de un grupo. “El problema real no es solo detectar individuos con capacidades para el alto rendimiento, sino en identificar en edad temprana a los deportistas que en el futuro pueden llegar a tener un rendimiento superior a los demás”.

(Wanceulen, 2008, pág. 31)

En el campo deportivo dentro de su proceso de enseñanza-aprendizaje se debe utilizar técnicas que permitan conocer el nivel en el que se encuentran sus deportistas, para ello es necesario utilizar diferentes tipos de test que evalúen el rendimiento de sus habilidades y capacidades motrices.

6.3.1. Baremo

En el contexto deportivo la búsqueda permanente del éxito envuelve a los entrenadores en busca de obtener mejores resultados que adornen las vitrinas de sus clubes, en algunos casos a cualquier costo, dejando de lado las variables importantes que se deben establecer en el proceso del entrenamiento.

La adecuada elaboración de la interpretación cuantitativa de las puntuaciones de los futbolistas es necesario considerar las Tablas Baremos elaboradas a partir de la muestra. La información aquí presentada es solo un ejemplo de lo que en el futuro tendremos que hacer con cada uno de los deportes, categorías deportivas, división de los equipos edad género. Ahora solo hemos calculado los baremos correspondientes a la muestra utilizada como grupo, normativo, sin considerar las variables anteriores. (Rodríguez, 2008, pág. 188)

Con la finalidad de que sea más objetivo el rendimiento de los deportistas, se deben establecer puntos de referencia acorde a las condiciones que presentan los jugadores, a los cuales se les debe asignar puntuaciones en la ejecución de las aptitudes físicas y técnicas que presenten el nivel en que se encuentran.

6.3.2. Capacidades condicionales

El rendimiento en el fútbol se encuentra determinado por las capacidades físicas condicionales.

La capacidad de juego está influenciada por el nivel de las capacidades condicionales, es decir, de lo rápido que el jugador pueda pisar, esprintar o girarse, de lo alto que salte, de lo fuerte que pegue al balón o con la resistencia que pueda practicar las acciones específicas futbolísticas sin que el cansancio merme su efectividad en el juego. El fútbol en sí mismo ya desarrolla en gran parte la condición física de base en su totalidad (velocidad, fuerza, resistencia). El complejo esfuerzo del organismo en el entrenamiento y en la competición tiene un efecto de desarrollo corporal que el entrenador debe saber aprovechar y controlar. (Eibmann, 1998, pág. 47)

Estas capacidades se encuentran presentes durante toda la vida, tiene su base desde la infancia en la edad escolar donde adquiere movimientos simples y complejos, que después le llevarán a vincularle al deporte específico de manera más apropiada.

6.3.2.1. La fuerza

El desarrollo de la fuerza siempre debe considerarse como una base de la preparación física.

Es una cualidad que está condicionada por la capacidad de contracción de la musculatura implicada en el movimiento a realizar. El entrenamiento de la fuerza en la etapa juvenil se puede realizar de forma normal y sin perjuicio para el desarrollo del deportista, siempre que estos trabajos se hagan con cuidado de no incidir negativamente en el sistema esquelético, sobre todo en la columna vertebral, evitando movimientos con

**demasiada presión, tracción, torsión y contracción.
(Velasco, 2003, pág. 133)**

Al respecto se puede mencionar que el futbolista debe orientar el entrenamiento de la fuerza de manera específica y progresiva, debe permitir la transferencia de estas capacidades a las acciones dentro del campo de juego.

6.3.2.2. Resistencia aeróbica

Esta capacidad se la considera como una de las más importantes, implica la parte psíquica y física del jugador.

La resistencia es una de las cualidades físicas más importantes que requiere el futbolista. Desde el punto de vista fisiológico, la resistencia se caracteriza por la capacidad de realizar un trabajo prolongado al nivel de intensidad requerido, como capacidad para luchar la fatiga. (Gomá, 2007, pág. 47)

Los esfuerzos aeróbicos de mediana o larga duración a una intensidad baja o moderada crean una adaptación y mejoran la funcionalidad de diferentes órganos y sistemas, mantienen un equilibrio entre el aporte de oxígeno y su consumo, mediante esta capacidad fortalecemos la voluntad y espíritu de sacrificio del jugador de fútbol.

6.3.2.3. La velocidad

Sin duda la velocidad es una de las cualidades más importantes y en medida que se lo pone de manifiesto en el terreno de juego, el fútbol se hace más vistoso y espectacular.

La velocidad es de gran importancia en el fútbol. Tanto si se trata de un error en el posicionamiento, de la recuperación de un balón robado, de entrar a rematar de

cabeza o de superar a un defensa, la velocidad es necesaria en todos los casos. La velocidad puede convertir a un jugador dotado en un jugador excepcional, y a un jugador por debajo de la media en un jugador útil. La velocidad es una de las características que distingue de manera clara al futbolista de elite de los jugadores de otros deportes. (Garret, 2005, pág. 42)

Con respecto a lo que menciona Garret, en el campo de juego no se trata del que corre más rápido para alcanzar un balón, a eso se le debe sumar la calidad técnica en sus desplazamientos calculando tiempo y distancia de la trayectoria del balón con respecto a su oponente, si se le suma a esta cualidad una gran habilidad técnica, los jugadores pasaran hacer de buenos a excepcionales, para resolver situaciones en el menor tiempo posible.

6.3.2.4. La flexibilidad

Ser consecuente en la flexibilidad es optimizar otras capacidades que están estrechamente ligadas unas con otras en el deporte. “Flexibilidad es la capacidad de las articulaciones para alcanzar los mayores grados de movilidad posibles sin traspasar sus límites estructurales”. (Rius, 2005, pág. 148)

Podemos decir que dentro de la flexibilidad existen dos elementos fundamentales, la movilidad articular y elasticidad muscular, que son de gran importancia en el deporte, se la emplea en la parte precompetitiva antes de un juego, así como también es un segmento de la parte inicial y final de cada sesión de entrenamiento de manera estática o dinámica.

6.3.3. La técnica individual

El fútbol actual exige una mayor perfección de la técnica y se puede mejorar independientemente de la posición que se juegue, la practica

constante y la ejecución correcta en sus movimientos generara grandes beneficios en la parte individual y del equipo.

Define como todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento: si es en beneficio propio será individual, si es en beneficio de conjunto será colectiva. (Portugal, 2007, pág. 27)

Al respecto, sin duda son las acciones propias de cada jugador de fútbol, al ejecutar movimientos precisos y controlados con el balón de forma secuencial, se podría establecer que surge de la imaginación y corrección de cada jugador para conseguir sus objetivos. Actualmente el fútbol conlleva acciones decisivas dentro del campo de juego, siendo que si no se cuenta con una técnica muy favorable podemos dar mucha ventaja a nuestro rival, esta exigencia lleva a que el jugador reduzca el número de contactos con el balón para economizar su gasto energético y dar a la jugada el sentido que se desea.

El entrenamiento de la adquisición de la técnica tiene como misión el moldeado de engramas fuertemente desarrollados y resistentes a distorsiones; estos engramas consistirán en una programación previa, llevada hasta la automatización, de las destrezas que en cada momento determinan las técnicas en cuestión. (Martin, 2001, pág. 59)

Dentro de las Escuelas de Fútbol se puede observar en sus sesiones de entrenamiento, la importancia que tiene la técnica, es por esa razón que los entrenadores deben dedicar la mayor parte del tiempo a la enseñanza, perfección y la automatización de la técnica.

6.3.3.1. La conducción

La ejecución correcta de la conducción permite mantener la posición

del balón manifestando un fútbol creativo y eficaz.

La conducción es la acción individual en plena posición-dominio del balón que nos permite, mediante sucesión de golpes precisos al balón, progresar por el terreno de juego cuando las circunstancias del mismo lo aconsejan, en busca de posiciones ventajosas para el equipo. (Ticó, 2005, pág. 282)

Durante la conducción, el manejo del balón debe ser de forma controlada en su empuje, golpeo y fuerza, se la emplea en situaciones como las de progresar y rebasar líneas rompiendo la presión del adversario, su enseñanza va desde lo simple a lo complejo, se debe tener visión periférica dentro del terreno de juego con respecto a los compañeros y sus rivales.

6.3.3.2. El regate

El regate es una acción técnica individual que permite avanzar al jugador con el balón ya sea por el aire o tierra superando a su rival sin perder la posesión del balón. "El regate: es un sinónimo de finta, pero con balón con el fin de aprovechar la confusión del contrario y beneficiar a nuestro equipo".(Timón, 2010, pág. 25)

En función de su realización dividimos los regates en:

1. Regate simple. Acción individual que se realiza de un solo contacto con el pie-balón rebasando al oponente y poder continuar con la posesión del balón.
2. Regate compuesto. Interviene más de una superficie de contacto o va acompañado de fintas, que favorezcan el desequilibrio del oponente para continuar el recorrido por el terreno de juego con el balón y superando, al contrario. (Ticó, 2005, pág. 283)

Al respecto se puede concluir que esta acción técnica consiste en un movimiento rápido en su ejecución y en arrancada, adelantando el balón para superar al rival.

6.3.3.3. La recepción

Es un preámbulo a toda acción técnica, para ejecutar una futura acción efectiva. “La recepción es la acción individual que caracteriza al jugador hábil, puesto que logra de inmediato la posesión del balón dinámico, dejándolo en óptimas condiciones de jugarlo, en el mismo espacio y tiempo”. (Ticó, 2005, pág. 284)

En tal razón, una buena recepción favorecerá el control efectivo del balón dejándolo a nuestro servicio para ejecutar un pase, un remate o conducir el balón.

6.3.3.4. El tiro

La ejecución de un tiro preciso, depende del equilibrio, dominio en los apoyos y buena coordinación de los movimientos. “Golpeo en fase ofensiva cuando el jugador se desprende del balón para finalizar el ataque, con el objetivo de enviarle a portería”. (Sarasa, 2016, pág. 41)

Con respecto a este fundamento, se puede manifestar que el tiro genera emoción en el fútbol, esta acción técnica individual consiste en enviar el balón hacia la portería con el fin de introducirla dentro de ella, su ejecución debe ser lo más rápido posible.

6.3.4. Capacidades coordinativas

La coordinación es considerada como la capacidad de acoplamiento de las diferentes partes del cuerpo, con fluidez para lograr un movimiento

eficaz. “Las capacidades coordinativas son cualidades de desarrollo relativamente determinadas y generalizadas de los procesos de regulación del movimiento y las capacidades del rendimiento para superar las exigencias de su coordinación”. (Dietrich, 2004, pág. 84)

Según lo que manifiesta el autor, se puede mencionar que en el fútbol se presentan acciones cambiantes en el juego, por compañeros, adversarios y el medio, que generan necesidad para resolver las situaciones que se presentan dentro del campo de juego.

- **La capacidad de reacción** es la realización de movimientos breves en respuesta a estímulos.
- **La capacidad de equilibrio** comprende el mantenimiento y la recuperación del equilibrio en situaciones cambiantes y la resolución de las tareas motoras en relaciones de equilibrio lábiles.
- **La capacidad de orientación** determina los cambios de posición del cuerpo en el espacio y en el tiempo y por ello constituye la capacidad para orientarse y anticiparse espaciotemporalmente.
- **La capacidad de ritmo** comprende el registro, almacenamiento y representación de las estructuras dinamicotemporales dadas o intrínsecas al movimiento mismo.
- **La capacidad de diferenciación** posibilita lograr la armonización exacta de cada una de las fases del movimiento y diferenciar con precisión entre parámetros de fuerza, espaciales y temporales dentro de la ejecución de un movimiento. (Dietrich, 2004, pág. 86)

Estas capacidades están determinadas por el sistema nervioso central y los músculos esqueléticos, en el fútbol permiten la realización de acciones motoras con precisión y economía.

6.3.5. Talento

El futbolista moderno debe ser capaz de actuar con desenvoltura tanto en ataque como en la defensa, poseer un alto nivel técnico para resolver situaciones concretas dentro del campo de juego. “Es alrededor de los 14 años de edad (entre el último año de la categoría de infantiles y el primer año de la categoría de juveniles) cuando podremos determinar con alguna seguridad que jóvenes están dotados para el fútbol”. (Pacheco R. , 2004, pág. 56)

Para poder considerar talento a un prospecto deportivo deberán ser constatadas sus habilidades y capacidades motrices por medio de pruebas específicas, sumado a esto la predisposición que demuestre para el entrenamiento ya que el talento no solo debe ser descubierto sino también estimulado y formado.

6.3.6. Selección

Para poder alcanzar grandes logros deportivos es esencial establecer un sistema de selección oportuna de jugadores de fútbol. “En la selección de jóvenes futbolistas, lo fundamental a tener en cuenta es el talento y no la fuerza o la estatura, como se comprueba en jugadores como Rui Barros (1,59 m), Joao Pinto (1,69 m), Maradona (1,66 m), o Roberto Carlos (1,68 m)”. (Pacheco R. , 2004, pág. 55)

El talento deportivo emana una serie de criterios que son válidos para la identificación y dirección de los deportistas hacia una disciplina específica, en lo que refiere al fútbol es indispensable que reúna las características necesarias para ser protagonista de este deporte, existen jugadores que independientemente de su estatura y fuerza, se caracterizan por la habilidad y agilidad psicomotriz de todos sus componentes, llevándolos a ser jugadores diferentes con capacidad de

juego extraordinarias.

6.3.7. Evaluación de la capacidad física

Constituyen Procedimientos que revelan el potencial o falencia física de determinados jugadores de forma objetiva, con el fin de fortalecer su capacidad.

Evaluar el estado de la condición física es una tarea compleja, dado que son múltiples los elementos a considerar y esa complejidad puede aumentarse tanto como se desee. De manera práctica, dicha valoración se realiza mediante una batería de pruebas adecuadamente validas que permitan obtener una compleja estimación de las principales cualidades físicas y capacidades fisiológicas que posee el individuo y que le permite realizar ejercicio. (Corrales, 2012, pág. 41)

En el ámbito deportivo siempre es necesario establecer técnicas que permitan acceder a la evaluación del deportista, con ello se identifica, capta y aporta resultados que luego servirá para la toma de decisiones, mediante su valoración permite la comparación de los distintos deportistas con parámetros establecidos.

Es necesario seleccionar una serie de varios ejercicios que permitan valorar el nivel de ejecución de las capacidades físicas y técnicas de los jugadores de fútbol dentro de sus respectivos planteles.

La mayor parte de los controles que se realizan al deportista están constituidos por pruebas que informan del nivel en que se encuentran sus capacidades físicas, tanto general como especial, para obtener un rendimiento dado. Dichas pruebas consisten en la aplicación de determinadas baterías de test, los cuales han sido previamente validados. (Granell, 2011, pág. 80)

Sobre la base de lo expuesto por Granell, es muy importante llevar un

control de cada uno de los deportistas, para ello es necesario realizar evaluaciones físicas al inicio como al final de la temporada, el cual va a permitir conocer en el nivel que se encuentran, además, será de gran utilidad para poder afinar los contenidos de entrenamiento.

6.3.8. Evaluación de la técnica deportiva

La evaluación asume un papel importante en el proceso educativo deportivo, permiten tener información confiable y de mucha validez.

Los gestos técnicos en el deporte constituyen movimientos de precisión en los que las partes corporales actúan parcial o totalmente. En consecuencia, el análisis de la técnica supone elaborar el estudio pormenorizado del todo y también de las partes que conforman una técnica para poder determinar la relación temporal y funcional que existe entre cada una de ellas. (Granell, 2011, pág. 66)

Al respecto, se puede decir que para la elección de criterios de evaluación de cada uno de los componentes que intervienen en el rendimiento del deportista, se debe tener en cuenta que deben ser de una forma objetiva para poder interpretar bien los resultados.

6.3.9. Test

Existen una serie de test para valorar la condición física y técnica del futbolista, el entrenador será quien seleccione cada uno de ellos acorde a sus necesidades.

Un test puede ser apropiado para hombres y no serlo para mujeres. Un ejemplo claro es el test de dominadas. La mayoría de los hombres pueden realizar este test mientras que por lo general las mujeres no tienen fuerza

suficiente en el tren superior para realizar dominadas de forma apropiada y segura. (Vallejo, 2012, pág. 269)

Los test que se sugiere establecer son instrumentos que no deben ser impuestos como una técnica exclusiva de evaluación, ya que es uno de los métodos de campo que se emplean en el contexto deportivo, el test lo que debe perseguir es determinar de forma cuantitativa y objetiva el grado de eficacia de las habilidades y capacidades motrices del futbolista.

La baterías de test utilizadas para valorar de manera integral la condición física del sujeto deben incluir pruebas para valorar las capacidades psico- cinéticas del individuo, como son los tiempos de reacción-percepción, capacidad para mantener el equilibrio, tanto estático como dinámico, capacidad coordinativa, de agilidad, fuerza, tanto del tren superior como inferior, movilidad-elasticidad, resistencia y, por supuesto, capacidad aeróbica. (Corrales, 2012, págs. 41,42)

Con referencia a lo expuesto por Vallejo y Corrales, se puede mencionar que dentro de la evaluación deportiva se debe tener en cuenta la edad, el sexo y la predisposición del individuo, los test son pruebas específicas que nos indican resultados cuantitativos muy valiosos para la solución de múltiples problemas deportivos.

6.3.9.1. Por qué desarrollar un test

Es importante saber las razones por que se quiere aplicar determinados tipos de test para evaluar a los deportistas, pero cualquiera que sea la razón, es una forma correcta e indispensable ponerlas en marcha de forma periódica en el entrenamiento deportivo. Las razones por la que decidimos efectuar un test pueden ser diversas:

- Para evaluar “la forma física” del deportista en ese preciso momento sea en relación consigo mismo en el tiempo o sea en relación con todo el equipo.

- Para medir la eficacia de la metodología del entrenamiento, refiriéndose también a eventuales evaluaciones obtenidas en test anteriores y, así poder realizar variaciones, por muy leves que sean, en los sistemas y/o en los ritmos de entrenamiento.
- Para cuantificar y calificar la carga justa de trabajo que se debe administrar a grupos de alumnos o a cada jugador. (Mirella, 2001, pág. 213)

Un test debe ser factible de realizar por parte del jugador, ya que el tener mucha complejidad puede llevar a inoportunas equivocaciones, lo importante para el entrenador es saberlo interpretar.

6.3.10. Evaluación de la calidad de los test

Dentro de los métodos de evaluación se debe tener presente que una prueba debe realizarse con criterios de calidad.

Los resultados de un test serán útiles si realmente miden lo que se supone que miden (validez) y si son repetitivos (fiabilidad). Estas dos características validez y fiabilidad, deben estar presentes en todo test para que sea provechoso y útil; además estas son las claves en evaluación de la calidad del test. (Vallejo, 2012, pág. 268)

Para que un test cumpla con su finalidad en el campo deportivo, se debe realizar con la mayor formalidad posible, esto ayudara a registrar resultados puntuales del evaluado.

6.3.10.1. Objetividad

Una prueba específica se la puede realizar lo más parecido posible a las acciones de juego.

Una prueba objetiva ha de garantizar que su ejecución se realice con arreglo a un método, y que éste pueda reproducirse posteriormente de la misma manera, es decir, la explicación y la demostración de la prueba no deben inducir a ambigüedades o interpretaciones diferentes que puedan modificar el resultado de la misma. (Patiño, 2007, pág. 30)

Quando se efectúen pruebas técnicas es recomendable brindar confianza para que los movimientos sean lo más natural posible y sus aciertos se vean reflejados.

6.3.10.2. Validez

Se emplea esta denominación porque es comprobado con un test de referencia. “Se refiere al nivel de concordancia entre lo que el test mide y lo que se supone que mide; esta es la característica más importante de un test. A la validez en ocasiones se le denomina exactitud”. (Vallejo, 2012, pág. 268)

En el deporte se emplean una variedad de test que evalúan las capacidades físicas y técnicas de las diferentes especialidades, pero a la hora de ejecutarlos se deben realizar con el grado de exactitud, es la cualidad más importante en el instrumento de medida.

6.3.10.3. Fiabilidad

Un test debe ser confiable, mantener un buen procedimiento de evaluación para que los resultados sean acordes a las necesidades que persigue el entrenador.

Fiabilidad es la medida de grado de consistencia o repetibilidad del test. Los resultados de un test perfectamente fiable son iguales o similares cuando se

aplica a un individuo en dos ocasiones sucesivas dentro de un periodo de tiempo en que no ha cambiado su capacidad de rendimiento ni habilidad. Si el test utilizado no fuera valido, los resultados en una ocasión serian altos mientras que en la otra bajos, o bien la mera casualidad haría que los resultados fueran parecidos. (Vallejo, 2012, pág. 269)

Con respecto a lo citado podemos decir que las pruebas de un mismo test realizadas en distintos periodos, deben proporcionar datos equiparables, existiendo correlación entre ellas, para que sean fiables deben considerarse evaluar de la misma forma que en ocasiones anteriores.

6.3.11. Salto horizontal a pies juntos

Un deportista posee una fuerza de base, que representa la totalidad que él puede manifestar. “Su principal objetivo es medir o valorar la fuerza explosiva del tren inferior”. (Martinez, 2013, pág. 139)

Con respecto a la fuerza en el fútbol se trata de mejorar principalmente la fuerza explosiva, en los contenidos de entrenamiento su preparación no debe ser aislada del deporte específico.

6.3.12. Flexión de brazos en el suelo

El entrenamiento de la fuerza debe estar presente dentro de las sesiones de trabajo de una manera progresiva. “Por medio de este test además de evidenciar la resistencia muscular del ejecutante, se puede evaluar la resistencia aeróbica de media y larga duración del sujeto”. (Martinez, 2013, pág. 121)

Lo que se puede resaltar en cuanto a la resistencia muscular, es que se

la debe evaluar con el motivo de mejorar las situaciones que se dan con mayor frecuencia en el fútbol, como el de lucha constante con su oponente, esta capacidad es relevante para el jugador, pero no es la cualidad fundamental a la que tendríamos que dedicar largas horas de trabajo restando a otras que dispongas de mayor tiempo.

6.3.13. Carreras de 1000 metros

Las pruebas en esta distancia nos permiten evaluar el vo2max de los deportistas. “El objetivo de estas pruebas es medir la capacidad de resistencia aeróbica del sujeto”. (Martinez, 2013, pág. 102)

Esta capacidad bien desarrollada va a permitir que el jugador de fútbol mantenga un ritmo de juego durante todo el tiempo, independientemente de la posición que ocupe, pero si queremos ser más específicos aquellos que se sitúen en la zona media del campo de juego.

6.3.14. Carrera de 30 metros con salida lanzada

La velocidad depende de muchos factores, es muy importante su evaluación en un deporte que requiere de acciones de gran rapidez como en el fútbol. “Su objetivo es medir la velocidad de aceleración del sujeto”. (Martinez, 2013, pág. 194)

En el fútbol es fundamental ejecutar acciones con la mayor velocidad posible, como en la ejecución de regates por las bandas y los sprints en diferentes zonas del campo de juego.

6.3.15. Prueba de flexibilidad

En el fútbol es muy importante tener en cuenta la evaluación de esta

cualidad. “Su objetivo es medir la parte baja de la espalda, los extensores de la cadera y los músculos flexores de la rodilla”. (Martinez, 2013, pág. 216)

Sin duda la flexibilidad es una cualidad muy importante en el deporte, ayuda a disminuir las lesiones en las articulaciones y en sus anexos, no debe estar aislada su evaluación.

6.4. Objetivos

6.4.1. Objetivo general

Determinar los factores físicos y técnicos de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo El Nacional para seleccionar jugadores que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

6.4.2. Objetivos específicos

- Diagnosticar el procedimiento que se emplea para seleccionar jugadores en la sub 14 en la Escuela de Fútbol El Nacional.
- Evaluar el nivel de las capacidades físicas y técnicas en el proceso de selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional.
- Elaborar baremos de las capacidades físicas y técnicas en la Escuela de Fútbol El Nacional para seleccionar jugadores que aportan a la categoría sub 14.

6.5. Ubicación sectorial y física

País: Ecuador

Provincia: Pichincha

Ciudad: Quito

Cantón: Quito

Beneficiarios: Entrenadores, monitores, directivos y jugadores de la Escuela de Fútbol El Nacional.

Periodo de aplicación: 2016

6.6. Desarrollo de la propuesta

La propuesta fue dirigida a los entrenadores de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo EL Nacional, contiene baremos propios de aptitudes físicas y condiciones técnicas de cada uno de los jugadores que están en filas de esta prestigiosa institución en la sub 14. Para su respectiva evaluación se puso en marcha una serie de test que determinaron sus condiciones físico-técnicas, basados en parámetros grupales.

Esta metodología será de gran utilidad en medida que se los ponga en marcha en los programas de evaluación que utilizan los entrenadores al momento de promover jugadores de fútbol a la sub 14 de su institución.

Procedimiento:

Test de salto horizontal.

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

216	169	219	190	190	194	212
186	167	207	168	182	146	206
210	153	198	198	177	210	160
184	153	174	176	23	18	196
220	161	153	168	195	203	193
211	200	175	154	214	204	198
182	185	185	223	198	195	202
181	183	169	196	195	174	195
162	178	172	21	212	190	168
182	198	205	178	176	171	186

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

230 y 146

$$230 - 146 = 84$$

$$84 + 1 = 85 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $85 / 10 = 8.5$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	230	222	Centímetros
MUY BUENO	221	213	Centímetros
BUENO	212	204	Centímetros
REGULAR	203	195	Centímetros
INSUFICIENTE	194	186	Centímetros

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de flexión de brazos 30s

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

27	29	31	12	28	21	14
30	15	30	31	15	18	18
38	10	31	20	11	26	24
24	10	16	18	22	27	27
34	17	12	28	15	22	18
37	14	25	25	15	21	22
35	16	28	28	24	35	24
34	25	26	26	20	28	19
18	15	29	33	14	30	20
12	19	26	33	22	19	23

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

38 y 10

$$38 - 10 = 28$$

$$28 + 1 = 29 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $29 / 10 = 2.9$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	38	35	Repeticiones
MUY BUENO	34	31	Repeticiones
BUENO	30	27	Repeticiones
REGULAR	26	23	Repeticiones
INSUFICIENTE	22	19	Repeticiones

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de abdominales 30s

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

24	20	31	22	25	29	26
35	20	24	28	20	26	25
26	19	30	23	32	27	28
22	19	21	27	32	24	23
26	24	19	27	27	25	24
24	19	19	27	22	23	27
29	15	26	23	30	29	26
26	22	25	28	25	22	25
22	28	30	30	28	23	27
17	26	24	23	29	21	25

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

35 y 15

$$35 - 15 = 20$$

$$20 + 1 = 21 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $21 / 10 = 2.1$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	35	33	Repeticiones
MUY BUENO	32	30	Repeticiones
BUENO	29	27	Repeticiones
REGULAR	26	24	Repeticiones
INSUFICIENTE	23	21	Repeticiones

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de 1000m

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

4,3	5,03	4,06	4,53	4,15	4,3	4,31
4,45	4,58	4,07	5,02	4,42	4,05	5,22
5,54	5,11	4,36	4,59	4	5,1	5,1
5,02	6,21	4,05	6,03	4,22	5,18	4,35
3,58	5,08	5,8	4,28	4,05	4,24	5,12
4,31	4,4	5,54	5,21	4,48	4,18	5,08
4,36	5,38	4,35	4,09	4,5	4,29	4,45
4,06	4,44	4,28	5,19	4,34	4,36	4,62
5,92	5,25	5,03	4,13	4,5	4,26	4,68
6,17	4,76	4,52	4,32	5,03	5,04	5,16

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

6,17 y 3,58

$$6,21 - 3,58 = 2,63$$

$$2,63 + 1 = \mathbf{3,63 \text{ (amplitud)}}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $3,63 / 10 = 0,36$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	3,58	3,94	Minutos
MU YBUENO	3,95	4,31	Minutos
BUENO	4,32	4,68	Minutos
REGULAR	4,69	5,05	Minutos
INSUFICIENTE	5,06	5,42	Minutos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de velocidad 30m

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

4,41	4,75	4,3	4,75	4,63	4,51	3,78
4,54	4,98	4,25	4,67	4,53	5,47	4,44
4,77	5,09	4,22	5	4,32	4,41	4,88
4,25	5,72	4,72	4,98	3,97	5	4,41
3,8	4,68	5,63	5,13	4,33	4,47	4,39
4,06	4,67	4,72	5,32	4,78	4,63	4,62
4,59	4,44	4,05	4,08	4,48	4,36	4,38
4,9	4,77	4,22	4,44	4,63	5,28	4,75
4,81	4,78	4,56	4,13	4,47	4,52	4,58
4,63	4,82	4,66	4,66	4,88	5,28	4,66

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

5,72 y 3,78

$$5.72 - 3.78 = 1.94$$

$$1.94 + 1 = \mathbf{2.94 \text{ (amplitud)}}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $2.94 / 10 = 0.29$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	3,78	4,07	Segundos
MUY BUENO	4,08	4,37	Segundos
BUENO	4,38	4,67	Segundos
REGULAR	4,68	4,97	Segundos
INSUFICIENTE	4,98	5,27	Segundos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de flexibilidad coxofemoral.

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

16	4	0	2	7	5	0
-5	2	1	1	-2	8	4
4	-6	5	0	-5	2	7
5	-3	-5	-3	3	3	4
-7	2	6	-5	7	4	1
12	5	9	2	4	4	2
-10	-1	5	5	-3	5	3
6	5	-2	-2	6	8	4
2	1	1	-6	14	11	5
-2	2	0	3	5	11	4

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

$$\boxed{16} \quad \text{y} \quad \boxed{-10}$$

$$16 - (-10) = 26$$

$$26 + 1 = 27 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $27 / 10 = 2.7$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	16	13	Centímetros
MUY BUENO	12	9	Centímetros
BUENO	8	5	Centímetros
REGULAR	4	1	Centímetros
INSUFICIENTE	0	-3	Centímetros

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test T40

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

11,98	12,06	14,59	12,6	11,84	12,42	13,04
11,3	12,61	12,7	13,44	12,22	13,16	12,84
12,31	13,78	13,66	13,53	10,75	12,06	14,53
12,16	12,81	12,59	13,05	11,53	12,48	12,04
11,66	12,66	14,1	12,06	12,5	11,59	12,22
11,94	12,12	12,66	12,63	11,44	11,88	13,44
12,5	12,45	12,19	11,06	11,84	12,28	12,84
11,85	12,72	13,02	12,01	12,56	13,5	12,63
13,12	13,55	12,41	11,09	11,19	12,36	13,58
12,78	13,63	11,87	12,23	13,27	13,13	13,25

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

14,59 y 10,75

$$14.59 - 10.75 = 3.8$$

$$3.84 + 1 = 4.8 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $4.8 / 10 = 0.48$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	10,75	11,23	Segundos
MUY BUENO	11,24	11,72	Segundos
BUENO	11,73	12,21	Segundos
REGULAR	12,22	12,7	Segundos
INSUFICIENTE	12,71	13,19	Segundos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de dominio del balón.

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

20	18	20	20	20	20	17
12	17	20	19	20	13	20
16	14	8	13	6	13	18
16	16	20	20	20	7	10
20	14	6	14	20	8	6
20	20	20	20	19	20	14
20	18	18	20	17	20	16
20	12	20	20	20	6	12
17	14	20	20	20	7	13
16	13	18	20	20	8	11

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

20 y 6

$$20 - 6 = 14$$

$$14 + 1 = 15 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $15 / 10 = 1.5$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	20	18	Golpeos
MUY BUENO	17	15	Golpeos
BUENO	14	12	Golpeos
REGULAR	11	9	Golpeos
INSUFICIENTE	8	6	Golpeos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de conducción del balón.

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

14,49	16,61	15,95	16,72	14,22	14,83	16,35
14,63	15,32	14,6	18,8	15	16,06	14,28
15,75	16,06	15,47	19,12	15,63	15,98	19,38
16,94	16,08	13,5	16,88	14,75	16,78	16,41
15,86	14,19	15,91	15,69	15,38	13,63	16,16
14,42	16,69	14,44	16,8	14,3	15,25	17,06
1472	18,06	15,54	15,59	14,22	13,73	16,58
14,34	17,39	16,02	16,09	14,23	16,07	16,84
15,78	16,3	14,87	15,4	14,69	12,72	14,84
15,04	15,96	15,86	18,32	16,23	16,11	15,12

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo

19,38 y 12,72

$$19.38 - 12.72 = 6.66$$

$$6.66 + 1 = 7.66 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $7.66 / 10 = 0.76$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	12,72	13,48	Segundos
MUY BUENO	13,49	14,25	Segundos
BUENO	14,26	15,02	Segundos
REGULAR	15,03	15,79	Segundos
INSUFICIENTE	15,8	16,56	Segundos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de habilidad en conducción del balón en zigzag.

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

10,41	12,72	10,22	10,45	9,76	11,54	9,91
12,41	10,86	11,29	12,25	10,58	11,9	10,03
9,95	11,25	9,78	11	10,34	13,36	12,25
11,31	11,25	9,47	11,06	10,28	10,78	11,28
10,52	11,61	12,06	10,56	11,72	9,36	10,76
10,41	11,34	11,58	11,22	9,57	10,75	12,1
11,11	11,03	11,22	10,06	10,25	10,26	11,48
10,16	12,01	12,09	9,19	10,56	11,3	12,24
11,08	11,25	11,54	11,23	10,03	10,78	10,22
11,37	10,65	12,52	11,73	11,25	11,56	11,3

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

12,72 y 9,19

$$12.72 - 9.19 = 3.53$$

$$3.53 + 1 = \mathbf{4.53 \text{ (amplitud)}}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $4.53/ 10 = 0.45$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE	9,19	9,64	Segundos
MUY BUENO	9,65	10,1	Segundos
BUENO	10,11	10,56	Segundos
REGULAR	10,57	11,02	Segundos
INSUFICIENTE	11,03	11,48	Segundos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de Precisión

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

2	1	1	2	3	3	1
0	3	2	1	1	2	2
2	2	4	2	3	0	3
1	2	4	4	0	1	3
1	2	1	2	1	2	3
3	1	4	4	3	1	2
1	2	3	3	2	2	3
1	3	4	3	1	3	1
2	1	2	1	1	0	2
0	2	3	1	3	1	3

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

5 y 0

$$5 - 0 = 5$$

$$5 + 1 = 6 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $5 / 10 = 0.5$

Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE		5	Aciertos
MUY BUENO		4	Aciertos
BUENO		3	Aciertos
REGULAR		2	Aciertos
INSUFICIENTE		1	Aciertos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Procedimiento:

Test de recepción.

Edad: 14 años

1º Ingresamos todos los datos obtenidos de los deportistas evaluados.

3	3	4	3	5	3	3
3	3	4	3	4	3	5
4	3	5	2	4	4	4
3	2	5	4	5	4	4
4	2	4	3	5	4	3
4	3	4	4	4	3	2
4	4	3	4	5	3	3
2	2	4	4	4	4	2
2	3	5	3	3	4	2
2	3	4	4	4	5	2

2º Buscamos los resultados máximo y mínimo.

5 y 2

$$5 - 2 = 3$$

$$3 + 1 = 4 \text{ (amplitud)}$$

3º Partiendo de la **amplitud** a continuación determinamos el número de intervalos que va de cero a diez (0 a 10) en nuestra escala de calificación.

Determinamos el tamaño del intervalo dividiendo la amplitud del resultado por el número de intervalos $4 / 10 = 0.4$

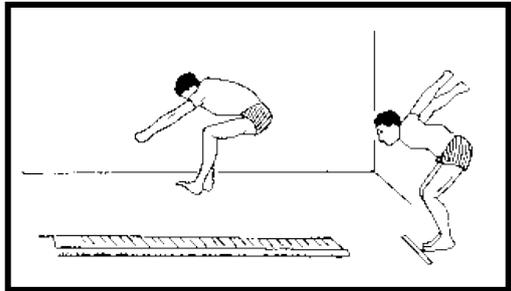
Obtenemos nuestros baremos de los resultados.

BAREMOS			
EXCELENTE		5	Control
MUY BUENO		4	Control
BUENO		3	Control
REGULAR		2	Control
INSUFICIENTE		1	Control

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

BATERÍA DE TEST FÍSICOS

TEST DE SALTO HORIZONTAL	
Objetivo: Medir la fuerza explosiva del tren inferior.	
Materiales e instalación: <ul style="list-style-type: none">- Cinta métrica- Tiza- Marcador- Cancha de fútbol- Hoja de registro	
Ejecución: <ul style="list-style-type: none">• Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento.• El ejecutante se situará de pie, con los pies paralelos a la altura de los hombros y las punteras de los pies justo detrás de la línea de salida. Flexiona las rodillas al tiempo que lleva los brazos de atrás hacia delante. Mediante un fuerte impulso, salta hacia adelante lo más lejos posible, ayudándose con ambos brazos. El ejecutante debe caer al piso con los pies en paralelo y sin perder el equilibrio, se marca la distancia que el ejecutante realice en dos intentos, se registra la mejor marca.	Valoración: <ul style="list-style-type: none">- La valoración inicia cuando el jugador parte del punto de salida y realiza el salto asía delante y marca la distancia entre la partida y la parte anterior de sus talones.- La distancia se mide en centímetro y se permitirán dos intentos se registrara la mejor marca.
Anulación de la prueba: <ul style="list-style-type: none">• Cualquier irregularidad al realizar el salto como caída, dar un impulso, saltar con un pie y saltar adelantándose a la señal de partida.	

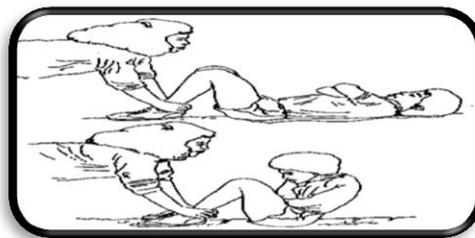
Autor: Mauricio Duque

TEST DE ABDOMINALES 30s

Objetivo: Medir la resistencia muscular abdominal.

Materiales e instalación:

- Cronometro.
- Campo libre de césped.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de estiramiento y calentamiento.
- El deportista se acuesta sobre la espalda, con las piernas flexionadas, los pies de planta sobre el suelo y los brazos cruzados sobre el pecho con las manos en los hombros. Un compañero sujeta firmemente los pies contra el suelo, que estarán de 30 a 45 cm. de los glúteos, evitando que se despeguen del mismo. A la señal de "listos" - "ya", el deportista realiza la flexión y toca con sus antebrazos los muslos; inmediatamente retorna a la posición inicial y continua repitiendo el ejercicio hasta que el profesor le diga "alto", transcurrido los 30s.

Valoración:

- La valoración inicia cuando el profesor da la señal de listos "Ya", al mismo tiempo se pone a correr el cronometro, se valora las repeticiones bien realizadas en el tiempo estipulado de 30s que dura la prueba.

Anulación de la prueba:

- Cuando el evaluado no toca los muslos con sus antebrazos.
- Arquea o encorva la espalda.
- Permite que las rodillas excedan un ángulo de 90 grados.

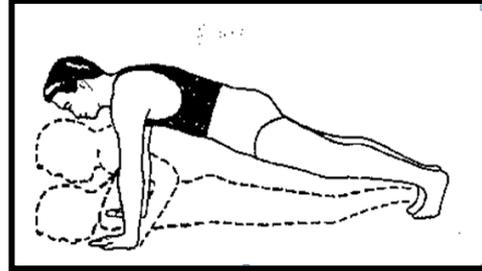
Autor: Mauricio Duque

TEST DE FLEXIONES DE BRAZOS 30s

Objetivo: Medir la resistencia muscular.

Materiales e instalación:

- Cronometro
- Campo libre de césped
- Hoja de registro



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de estiramiento y calentamiento.
- A la señal de “listo”, el jugador debe tomar la posición de apoyo en descanso, colocando las manos donde estén más confortables. Los pies pueden estar juntos o levemente separados. Al ver listo lateralmente, el cuerpo debe formar una línea recta desde los hombros hasta los tobillos.
- A la señal de “inicio” las flexiones, al doblar los codos y descender todo el cuerpo como una unidad hasta que los brazos estén paralelos al piso.
- El jugador retorna a la posición inicial al levantar todo el cuerpo hasta que los brazos estén totalmente extendidos. El cuerpo debe mantenerse generalmente en línea recta y moverse como una unidad durante toda la repetición.

Valoración:

- Se registra el número de posiciones correctas, que fueron completadas en el tiempo de 30s.

Anulación de la prueba:

- El no mantener la posición recta del cuerpo y el no descender todo el cuerpo hasta que los brazos estén paralelos con el piso.
- No se permite el balanceo del cuerpo, Los movimientos incorrectos no serán registrados.

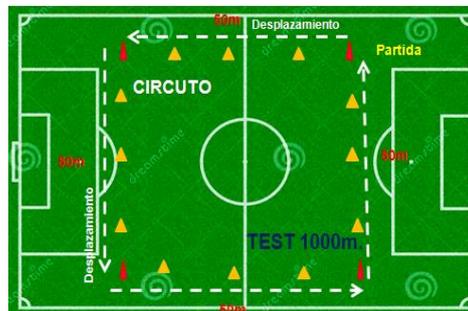
Autor: Mauricio Duque

TEST DE 1000m

Objetivo: Medir la capacidad de resistencia aeróbica.

Materiales e instalación:

- Cronometro.
- Cinta métrica
- Hoja de registro.
- Una pista o terreno con una distancia mínima de 50 metros por lado, formando un cuadrado, (en una cancha de fútbol se trazar la pista).



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de estiramiento y calentamiento.
- **Consiste en recorrer la distancia de 1000m en el menor tiempo posible y se anota el tiempo empleado en la prueba.**
- Los jugadores se colocan en la línea de partida y a la voz de listos "Ya" inicia la prueba, como el circuito tiene la distancia de 200m cada uno de ellos debe recorrer cinco vueltas para cubrir la distancia de 1000m
- Es conviene hacerla con grupos máximos de 5 jugadores.

Valoración:

- Se anota en minutos y segundos el tiempo que el ejecutante tarda en recorrer la distancia de 1000 metros. El cronómetro se activa en el momento en que el testado inicia la prueba y cubre el recorrido de los 1000 metros en el menor tiempo posible, se registra el tiempo de cada uno de ellos.

Anulación de la prueba:

- Cuando el testado no cubre debidamente el recorrido marcado de la prueba.
- Cuando se denota en el testado una excesiva fatiga en transcurso de la prueba.

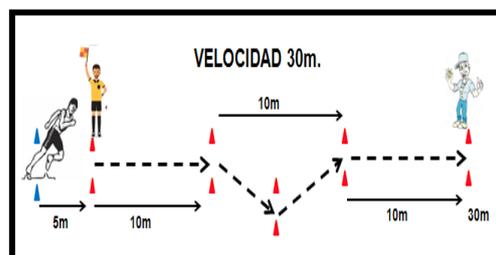
Autor: Mauricio Duque

TEST DE VELOCIDAD 30m

Objetivo: Medir la velocidad de desplazamiento en 30m

Materiales e instalación:

- Cronometro.
- Cinta métrica.
- Conos medianos.
- Espacio mínimo de 40 metros para realizar el circuito.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- El ejecutante se colocará detrás de la línea de partida a una distancia de 5 m. y a la señal deberá correr y llegar lo más antes posible a la línea de llegada que se encuentra a 30 metros.
- Este deberá cubrir el recorrido tal cual señala el circuito de la figura 1 en el tiempo menor posible.
- Se contabiliza el tiempo que ha necesitado el ejecutante en recorrer los 30 metros.

Valoración:

- Se anota en segundos y centésimas el tiempo que el ejecutante tarda en recorrer la distancia de 30 metros. El cronómetro se activa en el momento en que el ejecutante pasa por el señuelo y se detiene el cronometro cuando el pecho pasa por la línea imaginaria de llegada. El cronometrador debe colocarse exactamente en la línea de meta, no antes ni después. Se le dan dos intentos con algún descanso entre ellos.

Anulación de la prueba:

- Cuando el ejecutante se sale del circuito señalado en la figura.
- Se adelanta a la señal de partida.

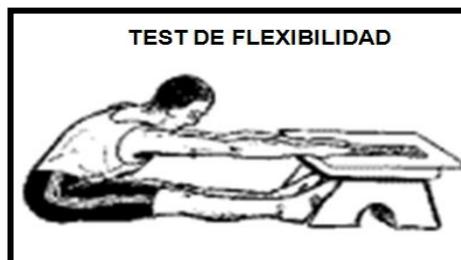
Autor: Mauricio Duque

TEST DE FLEXIBILIDAD

Objetivo: Medir la elasticidad y flexibilidad muscular de la espalda baja, glúteos y de los isquiotibiales.

Materiales e instalación:

- Un cajón de madera como se muestra en el dibujo y con las medias exteriores.
- Campo libre liso.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de estiramiento y calentamiento.
- Descalzo, el deportista se sienta con las piernas extendidas y los pies colocados de planta contra el aparato. Los pies separados al ancho de los hombros, los brazos extendidos y las manos colocadas una a lado de la otra sobre el aparato.
- Desde esta posición el testado flexiona el tronco tanto como pueda buscando alcanzar con sus manos la mayor distancia posible y mantiene la posición hasta que el profesor lea la distancia alcanzada.
- Para evitar que las rodillas puedan ser flexionadas, un ayudante o colaborador apoya las manos en las mismas.
- Repite el ejercicio 2 veces.

Valoración:

- La valoración inicia cuando el testado decide realizar la prueba y marcar con sus manos la distancia efectuada en centímetros.

Anulación de la prueba:

- Cuando el evaluado flexiona ligeramente las rodillas.
- Cuando el evaluado no logra llegar con las dos manos juntas a señalar la distancia.

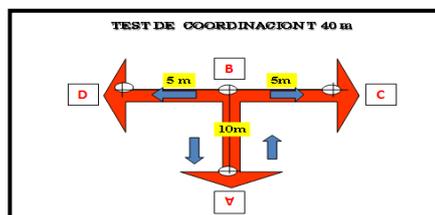
Autor: Mauricio Duque

TEST T40

Objetivo: Medir la coordinación.

Materiales e instalación:

- Cronometro.
- Cinta métrica.
- Cuatro conos.
- Campo de una cancha de fútbol.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- Coloque los conos, tal como se ve en la fig. 1 (puntos A, B, C, y D).
- El jugador inicia en el punto "A".
- el jugador sale a gusto corre a toda velocidad al punto "B", y toca la cúspide del cono con la mano derecha o izquierda (si el jugador topa el cono del punto B con la mano derecha tendrá que desplazarse a la izquierda y viceversa).
- El jugador se mueve rápidamente cinco metros hacia su izquierda o a su derecha y toca el cono del punto "C o D" con su mano izquierda o derecha.
- El jugador se desplaza rápidamente hacia su derecha o izquierda 10 metros y toca la cúspide del cono con su mano derecha o izquierda, en el punto "D o C".
- El jugador se mueve rápidamente hacia su izquierda o derecha 5 metros, y toca el cono con su mano izquierda o derecha, en el punto "B".
- El jugador se desplaza de espaldas y regresa al punto "A".
- El cronometrador para el cronometro, cuando el jugador ha pasado el punto "A".
- Cada jugador debe completar una o dos trayectorias de la prueba – T40m., registre el mejor de los dos tiempos del trayecto.

Valoración:

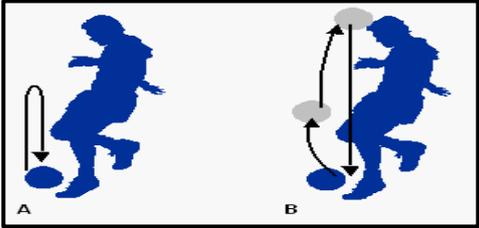
- La valoración inicia cuando el jugador parte del punto A y se cronometra el tiempo cuando completa todo el circuito señalado en la figura 1 (ósea en el punto A).

Anulación de la prueba:

- No tocan la cúspide de alguno de los conos del circuito.
- Cruza los pies, cuando se está desplazando rápidamente en los laterales.
- Se omite siempre el mirar al frente, en todo momento.

Autor: Mauricio Duque

BATERÍA DE TEST TÉCNICOS

TEST DE HABILIDAD EN DOMINIO DEL BALÓN	
Objetivo: Medir la habilidad del jugador para dominar el balón.	
<p>Materiales e instalación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balón Nº 5. - Cancha de fútbol. - Hoja de registro. 	
<p>Ejecución:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento. <p>El jugador se sitúa en el lugar más apropiado para ejecutar la prueba. A la señal del examinador de listo “Ya” domina el balón con las superficies más cómodas o de mejor habilidad que este posee.</p> <p>Reglas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El conteo se pone en marcha cuando el jugador golpea el balón por primera vez. 2. Al evaluado se le da dos oportunidades y se marcara el mejor resultado. 3. Así mismo se le da libertad a que realice el dominio del balón con cualquier superficie de contacto. 4. Preferentemente se le sugiere al evaluado realizar el dominio de balón con la pierna más hábil o el perfil predominante. 	<p>Anulación de la prueba:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Si el balón toca el suelo y quiere seguir dominando. 2. Si el jugador toca el balón con la mano. <p>Sistema de puntuación:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se anota el mejor de los dos intentos en cuanto al número de toques realizados y se anota (en la hoja de registro). 2. Si el jugador realiza veinte (20) o más golpes consecutivos se para la prueba y se registrara como la mejor nota.
<p>Otros:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se recomienda de acuerdo al nivel técnico del evaluado, se puede condicionar una secuencia de golpeo desde pie, muslo, cabeza, hombro u otros. 2. Se recomienda que la complejidad de la prueba se lo realice tomando en cuenta la edad y el nivel técnico del evaluado. 	

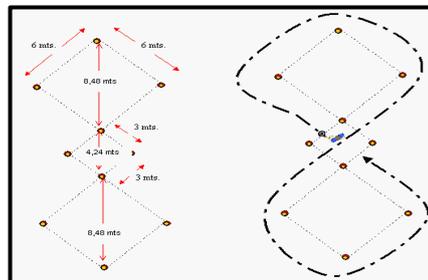
Autor: Mauricio Duque

TEST DE CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN CIRCUITO FIJADO

Objetivo: Medir la habilidad del jugador para conducir el balón rápidamente a ras de piso.

Materiales e instalación:

- Cronometro.
- Cinta métrica.
- Diez conos formando dos rombos de 5m por lado y una diagonal de 7m separado por un cuadrado de (1m) entre vértices de los dos rombos así como señala la figura.
- Cancha de fútbol.
- Cronometro.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegure que los jugadores realicen un adecuado calentamiento y estiramiento. El jugador se sitúa en el lugar de salida con el balón en el suelo. A la señal del examinador de listo “Ya” conduce el balón hacia el cono uno (1) que se encuentra en la parte diagonal izquierda y le sortea, luego se dirige al segundo (2) cono y le sortea, así debe ir sorteando los conos restantes en el orden como lo especifica el esquema del circuito en ocho (8).

Reglas:

1. El cronometro se pone en marcha cuando el jugador golpea el balón por primera vez y se detiene cuando completa el circuito.
2. Al evaluado se le da dos pasadas la prueba y se marcara el mejor tiempo.
3. Así mismo se le da opción a que la partida lo realice de forma inversa al circuito inicial.
4. La conducción se realizara con la pierna más hábil o el perfil predominante del jugador.

Anulación de la prueba:

1. Si el evaluado interviene con la otra pierna que no está considerada como la más hábil.
2. Si al evaluado se le escapa o pierde totalmente el control del balón.
3. Si el jugador toca o tumba algún cono.

Sistema de puntuación:

Se anota el mejor de los dos tiempos en segundos y décimas acreditando el mejor de los tiempos (en la hoja de registro).

Otros:

1. Podemos reducir o agrandar la distancia entre los conos, que nos da como resultado que el evaluado recorra una distancia más larga o más corta.
2. En este caso la distancia de cono a cono es de 5m formando un cuadrado.
3. Se recomienda que el recorrido o distancia se realice de acuerdo a la edad del evaluado.
4. Se utilizara el número de balón de acuerdo a la edad del evaluado.

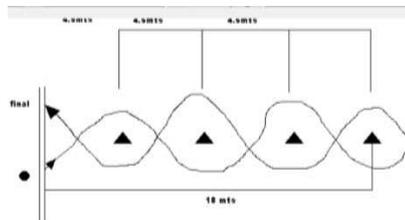
Autor: Mauricio Duque

TEST DE HABILIDAD EN CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN ZIGZAG

Objetivo: Medir la habilidad para conducir el balón eludiendo obstáculos

Materiales e instalación:

- Balón de fútbol Nº 5.
- Cinta métrica.
- Cuatro conos situados a 3,50m de distancia entre cono y cono.
- Cancha de fútbol.
- Cronometro.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- El jugador se sitúa en el lugar de salida con el balón en el piso. A la señal del examinador de listo “Ya” conduce el balón hacia los conos que tiene una distancia entre ellos de 3,5m. Eludiendo los obstáculos haciendo “ocho” hasta completar la prueba de ida y de vuelta, en sí el testado recorre una distancia total de 28m de forma como indica el circuito.

Reglas:

1. El cronometro se pone en marcha cuando el jugador golpea el balón por primera vez y se detiene cuando completa el circuito.
2. Al evaluado se le da dos pasadas la prueba y se marcara el mejor tiempo.
3. Si el evaluado pierde el control del balón deberá recuperarlo en forma rápida y continuar la ejecución.
4. La conducción se realizara con la pierna más hábil o el perfil predominante del jugador.

Anulación de la prueba:

1. Si el evaluado interviene con la otra pierna que no está considerada como la más hábil.
2. Si al evaluado se le escapa o pierde totalmente el control del balón.
3. Si el jugador toca o tumba algún cono.

Sistema de puntuación:

-Se anota el mejor de los dos tiempos en segundos y décimas acreditando el mejor de los tiempos (en la hoja de registro).

Otros:

1. Podemos reducir o agrandar la distancia entre los conos, que nos da como resultado que el evaluado recorra una distancia más larga o más corta.
2. Se recomienda que el recorrido o distancia se realice de acuerdo a la edad del evaluado.
3. Se utilizará el número de balón de acuerdo a la edad del evaluado.

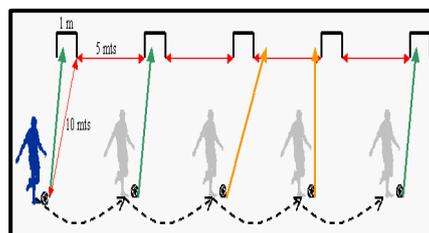
Autor: Mauricio Duque

TEST DE PRESIÓN

Objetivo: Medir la habilidad en precisión del jugador en introducir el balón a un arco 1m de ancho.

Materiales e instalación:

- Cinco balones de fútbol Nº5.
- Cinta métrica.
- Cinco arcos o vallas.
- Cronometro.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- El jugador se coloca frente al balón y la primera portería a la orden del profesor este golpea el balón a introducir a la portería (1), repite la acción con los cuatro restantes balones como lo indica el esquema.

Reglas:

1. El conteo de aciertos se pone en marcha cuando el jugador introduce el balón en cada portería.
2. Al evaluado se le da dos oportunidades y se marcará el mejor resultado en aciertos.
3. Así mismo se le da libertad a que realice el golpeo del balón con el borde del pie más favorable para el evaluado.
4. Preferentemente se le sugiere al evaluado realizar el golpeo de balón con la pierna más hábil y el borde interno.

Anulación de la prueba:

1. Si el jugador al momento de ejecutar el tiro este se cae.
2. Si el jugador realiza dos golpeos seguidos.

Sistema de puntuación:

Se anota el mejor de los dos intentos en cuanto al número de aciertos realizados y se anota (en la hoja de registro).

Otros:

1. Se recomienda de acuerdo al nivel técnico del evaluado, se puede agrandar o achicar el ancho del arco.
2. Se recomienda de acuerdo al nivel técnico o a la edad del evaluado se puede agrandar o achicar la distancia entre el balón y el arco.
3. Se recomienda que la complejidad de la prueba se lo realice tomando en cuenta la edad del evaluado.
4. Se utilice el número de balón de acuerdo a la edad del evaluado.

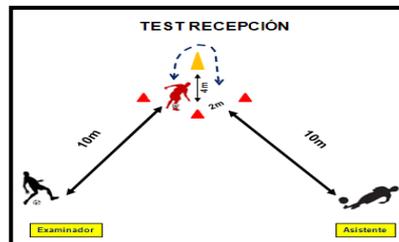
Autor: Mauricio Duque

TEST DE RECEPCIÓN

Objetivo: Medir la habilidad del jugador para receptor o (controlar) el balón.

Materiales e instalación:

- Cinco balones de fútbol Nº5.
- Cinta métrica.
- Cronometro.
- Asistente.
- Hoja de registro.



Ejecución:

- Asegúrese que los jugadores realicen adecuados ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- El jugador se sitúa delante del cono señuelo de color amarillo, a una distancia de dos metros (2m.) jugador cono, A la señal del examinador de listo "Ya" el jugador bordea el cono que tiene a su espalda y sale a recibir y controlar el balón que es enviado por el examinador, el mismo que se encuentra a una distancia de diez metros (10m.), luego se desplaza y bordea el cono señuelo para salir a recibir el siguiente balón que le envía el asistente, este repite la acción con los tres balones restantes que indica la prueba. Se contabilizan los aciertos en cuanto al control de balón.

Reglas:

1. La prueba se pone en marcha cuando el jugador jira y bordear el cono que tiene a su espalda y sale en carrera a recibir el balón que el profesor le envía, así sucesivamente a recibir el otro balón que le envía el asistente hasta completar los cinco balones alternadamente.
2. Al evaluado se le da dos oportunidades y se marcara el mejor resultado en controles.
3. Así mismo se le da libertad a que realice la recepción del balón con cualquier superficie de contacto del pie.
4. Preferentemente se le sugiere al evaluado realizar la recepción de balón con la pierna más hábil y la superficie del pie que se encuentre a su favor.

Anulación de la prueba:

1. Si el balón sale del perímetro marcado.
2. Si el jugador recibe el balón antes del punto marcado de control.

Sistema de puntuación:

Se anota el mejor de los dos intentos en cuanto al número de controles realizados por el testado (en la hoja de registro).

Otros:

1. Se recomienda de acuerdo al nivel técnico del evaluado, se puede condicionar el control con varias superficies del pie o del cuerpo que manda el reglamento de nuestro deporte.
2. Se recomienda de acuerdo al nivel técnico del evaluado, se puede condicionar una secuencia de controles con varias superficies del cuerpo.
3. Se recomienda que la complejidad de la prueba se lo realice tomando en cuenta la edad del evaluado.
4. Se utilice el número de balón de acuerdo a la edad del evaluado.
5. El pase del examinador puede ser débil o fuerte y se recomienda tomar en cuenta el nivel técnico del jugador y la edad del mismo.

Autor: Mauricio Duque

6.7. Impactos

6.7.1. Impacto educativo

En el fútbol es importante destacar el aporte didáctico y metodológico que conlleva el proceso selectivo deportivo en todas sus instancias, en este sentido es buscar estrategias para obtener información sobre el grado de desarrollo de sus jugadores, el empleo de baremos de aptitudes físicas y habilidades técnicas periódicas permitirá al entrenador plantear contenidos que satisfagan sus necesidades y la de sus deportistas, esta guía didáctica será una herramienta de gran utilidad para profesores de educación física, entrenadores y monitores.

6.7.2. Impacto psicológico

El empleo de métodos objetivos, será de gran beneficio para el jugador de fútbol que le va a permitir conocer el grado de sus condiciones elevando su auto estima para mejorar en su rendimiento.

6.8. Difusión

Concluida la elaboración de baremos de las aptitudes físicas y habilidades técnicas de la Escuela de Fútbol El Nacional, tuvo la acogida del caso, en utilizar una herramienta necesaria para mejorar en el proceso de seleccionar jugadores infanto-juveniles, por parte de los distintos entrenadores de fútbol de esta prestigiosa institución.

6.9. Bibliografía

- Alter, M. (2004). *Los estiramientos desarrollo de ejercicios* (6ª ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Avella, R. (2015). *Entrenamiento Deportivo con niños* (1ª ed.). Colombia: Kinesis.
- Balmaseda, A. (2009). *Escuela Cubana de Boxeo. Sistema de selección deportiva*. Sevilla: Wanceulen.
- Balmaseda, A. (2009). *Escuela Cubana de Boxeo: sistema de selección deportiva*. España: Wanceulen.
- Bangsbo, J. (2002). *Entrenamiento de la condición física en el fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Berger. (2007). *Psicología del Desarrollo Infancia Adolescencia*. Madrid: Medica Panamericana S.A.
- Blázquez Sánchez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
- Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde.
- Bompa, O. (2007). *Teoría y metodología del entrenamiento*.
- Bompa, T. (1985). *Talent identi fication. Sports. Science Periodical on Research and Technology in Sport*.
- Bruggemann. (2004). *Fútbol entrenamiento para niños y jóvenes* (Primera ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Bruggemann, D. (2005). *Futbol entrenamiento para niños y jóvenes*.
- Castejón, J. (2009). *Aprendizaje, desarrollo y disfunciones. Implicaciones para la enseñanza en la educación secundaria*. Club Universitario.
- Corrales, B. S. (2012). *Actividad física en poblaciones especiales. Salud y calidad de vida*. Sevilla: Wanceulen.
- Cox, R. (2009). *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones* (sexta ed.). Madrid: Medica Panamericana.
- De la Mora, J. (2003). *Psicología del aprendizaje* (8ª reimpression ed.). Progreso S.A.
- Delgado, M. (2004). *Entrenamiento físico-deportivo y la alimentación de la infancia a la edad adulta* (Tercera ed.). Barcelona: Paidotribo.

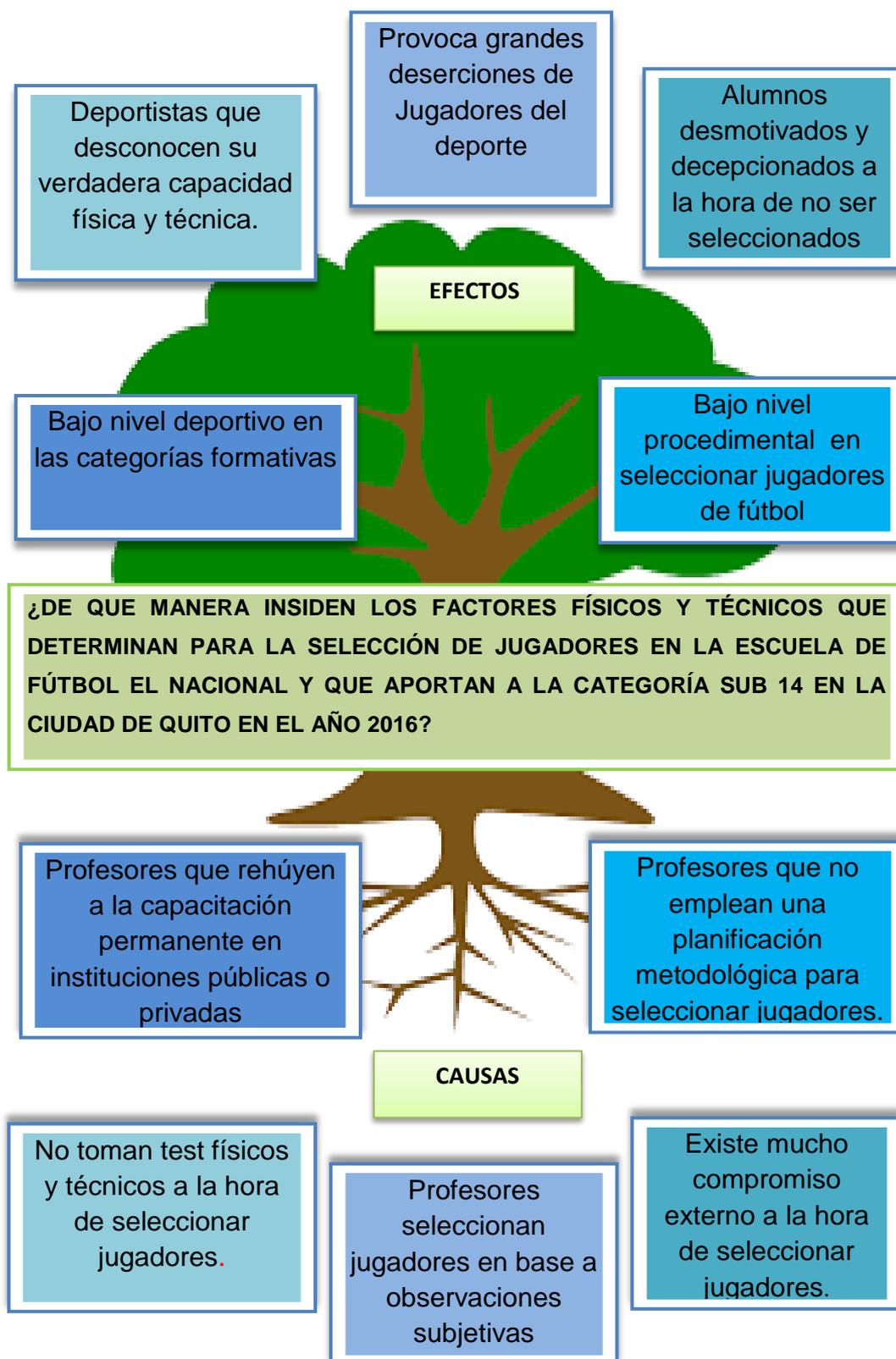
- Eibmann, H. (1998). *Fútbol base programas de entrenamiento 12-13 años*. Barcelona: Paidotribo.
- Fajardo, M. (2004). *Análisis de la investigación formativa en el área del lenguaje* (Primera ed.). Medellín: Universidad Cooperativa de Colombia.
- Garret, W. (2005). *Medicina del fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Gomá, A. (2007). *Manual del entrenador de fútbol moderno* (Cuarta ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Granel, J. (2011). *Teoría y planificación del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.
- Guimaraes, T. (2002). *El entrenamiento físico: Capacidades físicas* (EUNED ed.). Costa Rica.
- Heyward. (2008). *Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio* (5ª ed.). Madrid: Medica Panamericana.
- Heyward, V. (2001). *Evaluación y prescripción del ejercicio* (2ª ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Le, h. (2005). *El entrenamiento físico del jugador de tenis* (Segunda ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Leiva, J. (2010). *Selección y orientación de talentos deportivos* (1ª ed.). Kinesis.
- Leiva, J. (2010). *Selección y orientación de talentos deportivos*. Armenia: Kinesis.
- López, J. (2008). *Fisiología clínica dl ejercicio*. Madrid: Medica Panamericana.
- Martin, D. (2001). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo* (Primera ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Martinez, E. (2013). *Pruebas de actitud física*. Badalona: Paidotribo.
- Miles, A. W. (2001). *La infancia y su desarrollo*.
- Mirella, R. (2001). *Las nuevas metodologías del entrenamiento de la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad* (1ª ed.). Barcelona: Paidotribo.

- Noa Cuadro, H. (2003). *Modelo de selección de talentos futbolísticos para la iniciación al deporte elite*. La Habana: ISCF "Manuel Fajardo".
- Pacheco. (2009). *Teoría del entrenamiento deportivo*. Mexico: Trillas.
- Pacheco, R. (2004). *La enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7*. Barcelona: Paidotribo.
- Patiño, F. (2007).
- Platonov, V. (2001). *La preparación física* (4ª ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Pol, R. (2015). *La preparación física en el fútbol* (3ª ed.). MC Sports.
- Portugal. (2007). *Fútbol medios de entrenamiento*. Barcelona.
- Reyes, G. (2007). *Fuerza específica de alto rendimiento aplicada al fútbol*. Madrid: Sanz.
- Rius, J. (2005). *Metodología y técnicas de atletismo*. Badalona: Paidotribo.
- Rodríguez, M. d. (2008). *Diagnostico de Personalidad en el deporte de competición Fútbol*. Sevilla: Wanceulen.
- Sarasa, J. (2016). *La técnica del fútbol para el entrenador del siglo XXI* (Primera ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Stevenson, A. (2004). *Evaluacion de textos escolares desde la perspectiva constructivista* (Primera ed.). Perú: Fondo editorial de la Universidad Catolica del Perú.
- Ticó, J. (2005). *1013 ejercicios y juegos polideportivos* (Segunda ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Timón, L. (2010). *El futbol sala como contenido en la educación física escolar. Juegos y actividades con implicación cògnitiva para su desarrollo* (Primera ed.). Sevilla: Wanceulen.
- Vallejo, N. G. (2012). *Evaluacion de la capacidad física*. Madrid: Diaz de Santos.
- Vaughan, H. (2010). *Psicología Social* (5ª ed.). Madrid: Medica Panamericana S.A.
- Velasco, J. (2003). *Entrenamiento de base en futbol sala*. Barcelona: Paidotribo.

- Verkhoshansky, Y. (2002). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.
- Wanceulen, A. (2006). *Fútbol cuadernos técnicos Nº 37*. Wanceulen.
- Wanceulen, A. (2008). *Bases para el proceso de seleccion y formacion de jóvenes futbolistas*. Sevilla: Wanceulen.
- Wanceulen, A. (2008). *Bases para el proceso de seleccion y formacion de jóvenes futbolistas para el alto rendimiento*. Sevilla: Wanceulen.
- Wanceulen, A. (2011). *Organización del fútbol formativo en un club de elite*. Sevilla: Wanceulen.
- Warren, W. (2004). *Guía de supervivencia del entrenador de fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total* (Primera ed.). España: Paidotribo.
- Zains, P. L. (2005). *Metodologia global para entrenamiento del portero de fútbol* (Primera ed.). España: Wanceulen.
- Zeeb, G. (2004). *Manual de entrenamiento de fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Zhelyazkov, T. (2001). *Bases del entrenamiento deportivo* (Primera ed.). Barcelona: Paidotribo.

ANEXOS

Anexo N° 1 Árbol de problemas



Anexo N° 2 Matriz de coherencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
¿De qué manera inciden los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?	Determinar los factores físicos y técnicos para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.
INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
1. ¿Cuál es el nivel de ejecución de los factores físicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?	1. Diagnosticar el nivel de ejecución de los factores físicos para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.
2. ¿Cómo valorar los factores técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?	2. Valorar los factores técnicos para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.
3. ¿Cómo elaborar baremos para mejorar la aplicación en los factores físicos y técnicos que determinan para la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016?	3. Elaborar baremos de las capacidades físicas y técnicas para mejorar la selección de jugadores en la Escuela de Fútbol El Nacional y que aportan a la categoría sub 14 en la ciudad de Quito en el año 2016.

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 3 Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADOR
Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva.	Factores físicos	Fuerza	Salto horizontal
			Abdominal 30s
			Flexión de brazos 30s
		Resistencia	1000m
		Velocidad	30m lanzados
		Flexibilidad	Coxofemoral
La técnica es el conjunto de acciones que puede desarrollar el jugador con el balón, dominándolo, utilizando para ello cualquiera de las superficies de contacto que permite el reglamento.	Factores técnicos	Dominio	Habilidad
		Conducción	Habilidad en conducción en circuito cerrado establecido
			Habilidad en conducción sorteando conos
		Precisión	Tiro
Recepción	Control		
Seleccionar es buscar la mayor correspondencia entre las características individuales, particularidades y aptitudes de la persona para con las exigencias propias de una u otra especialidad.	Selección de talentos para el fútbol	Test	Físicos
			Técnicos

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 4 Población

ESCUELA DE FÚTBOL EL NACIONAL	Nº JUGADORES
ESCUELA DE FÚTBOL EL PINTADO	18
ESCUELA DE FÚTBOL CIUDADELA DEL EJERCITO	20
ESCUELA DE FÚTBOL EL BEATERIO	20
ESCUELA DE FÚTBOL TUMBACO	12
TOTAL	70

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 5 Capacidades físicas



Fuente: Weineck, Modelo estructural reducido de los componentes de la condición física del deportista, 2011

Elaborado por: Mauricio Duque

Anexo N° 6 Etapas en el proceso de selección a largo plazo

SELECCIÓN DEPORTIVA		ETAPA DE PREPARACIÓN A LARGO PLAZO
ETAPA	OBJETIVO	
Inicial	Establecimiento de la convivencia del perfeccionamiento deportivo en el deporte dado	Inicial
Previa	Encontrar condiciones para el perfeccionamiento deportivo eficaz	Basica de preparación
Intermedia	Encontrar capacidades para el logro de altos resultados deportivos y capacidades para soportar altas cargas de entrenamiento y competencia	Basica de especialización
Principal	Encontrar capacidades para el logro de altos resultados deportivos de nivel internacional	Realización máxima de las posibilidades individuales
Final	Mantener los resultados obtenidos y elevarlos	Mantenimiento de los logros

Fuente: Leiva, Relación entre la selección deportiva y las etapas de preparación a largo plazo, 2010

Elaborado por: Mauricio Duque

Anexo N° 7 Test físicos Escuela de Fútbol "El Pintado"

ABDONINALES 30s	FLEXIÓN BRAZOS 30s	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30m	T 40	SALTO HORIZONTAL	1000m
Repetición	Repetición	Distancia	Tiempo	Tiempo	Distancia	Tiempo
24	27	16	4,41	11,98	216	4,3
35	30	-5	4,54	11,3	186	4,45
26	38	4	4,77	12,31	210	5,54
22	24	5	4,25	12,16	184	5,02
26	34	-7	3,8	11,66	220	3,58
24	37	12	4,06	11,94	211	4,31
29	35	-10	4,59	12,5	182	4,36
26	34	6	4,9	11,85	181	4,06
22	18	2	4,81	13,12	162	5,92
17	12	-2	4,63	12,78	182	6,17
20	29	4	4,75	12,06	169	5,03
20	15	2	4,98	12,61	167	4,58
19	10	-6	5,09	13,78	153	5,11
19	10	-3	5,72	12,81	153	6,21
24	17	2	4,68	12,66	161	5,08
19	14	5	4,67	12,12	200	4,4
15	16	-1	4,44	12,45	185	5,38
22	25	5	4,77	12,72	183	4,44

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo Nº 8 Test técnicos Escuela de Fútbol “El Pintado”

CONDUCCIÓN	HABILIDAD	PRECISIÓN	CONTROL	DOMINIO
Tiempo	Tiempo	Repetición	Repetición	Repetición
14,49	10,41	2	3	20
14,63	12,41	0	3	12
15,75	9,95	2	4	16
16,94	11,31	1	3	16
15,86	10,52	1	4	20
14,42	10,41	3	4	20
14,72	11,11	1	4	20
14,34	10,16	1	2	20
15,78	11,08	2	2	17
15,04	11,37	0	2	16
16,61	12,72	1	3	18
15,32	10,86	3	3	17
16,06	11,25	2	3	14
16,08	11,25	2	2	16
14,19	11,61	2	2	14
16,69	11,34	1	3	20
18,06	11,03	2	4	18
17,39	12,01	3	2	12

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 9 Test físicos Escuela de Fútbol "Ciudadela del Ejército"

ABDONINALES 30s	FLEXIÓN BRAZOS 30s	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30m	T 40	SALTO HORIZONTAL	1000m
Repetición	Repetición	Distancia	Tiempo	Tiempo	Distancia	Tiempo
25	28	7	4,63	11,84	190	4,15
20	15	-2	4,53	12,22	182	4,42
32	11	-5	4,32	10,75	177	4
32	30	3	3,97	11,53	230	4,22
27	15	7	4,33	12,5	195	4,05
22	15	4	4,78	11,44	214	4,48
22	24	-3	4,48	11,84	198	4,5
30	20	6	4,63	12,56	195	4,34
25	14	14	4,47	11,19	212	4,5
28	22	5	4,88	13,27	176	5,03
29	21	5	4,51	12,42	194	4,3
26	18	8	5,47	13,16	146	4,05
27	26	2	4,41	12,06	210	5,1
24	27	3	5	12,48	180	5,18
25	22	4	4,47	11,59	203	4,24
23	21	4	4,63	11,88	204	4,18
29	38	5	4,36	12,28	195	4,29
22	28	8	5,28	13,5	174	4,36
23	30	11	4,52	12,36	190	4,26
21	19	11	5,28	13,13	171	5,04

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo Nº 10 Test técnicos Escuela de Fútbol “Ciudadela del Ejército”

CONDUCCIÓN	HABILIDAD	PRECISIÓN	CONTROL	DOMINIO
Tiempo	Tiempo	Repetición	Repetición	Repetición
14,22	9,76	3	5	20
15	10,58	1	4	20
15,63	10,34	3	4	6
14,75	10,28	0	5	20
15,38	11,72	1	5	20
14,3	9,57	3	4	19
14,22	10,25	2	5	17
14,23	10,56	1	4	20
14,69	10,03	1	3	20
16,23	11,25	3	4	20
14,83	11,54	3	3	20
16,06	11,9	2	3	13
15,98	13,36	0	4	13
16,78	10,78	1	4	7
13,63	9,36	2	4	8
15,25	10,75	1	3	20
13,73	10,26	2	3	20
16,07	11,3	3	4	6
12,72	10,78	0	4	7
16,11	11,56	1	5	8

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 11 Test físicos Escuela de Fútbol "El Beaterio"

ABDONINALES 30s	FLEXIÓN BRAZOS 30s	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30m	T 40	SALTO HORIZONTAL	1000m
Repetición	Repetición	Distancia	Tiempo	Tiempo	Distancia	Tiempo
31	31	0	4,3	14,59	219	4,06
24	30	1	4,25	12,7	207	4,07
30	31	5	4,22	13,66	198	4,36
21	16	-5	4,72	12,59	174	4,05
19	12	6	5,63	14,1	153	5,8
19	25	9	4,72	12,66	175	5,54
26	28	5	4,05	12,19	185	4,35
25	26	-2	4,22	13,02	169	4,28
30	29	1	4,56	12,41	172	5,03
24	26	0	4,66	11,87	205	4,52
22	12	2	4,75	12,6	190	4,53
28	31	1	4,67	13,44	168	5,02
23	20	0	5	13,53	198	4,59
27	18	-3	4,98	13,05	176	6,03
27	28	-5	5,13	12,06	168	4,28
27	25	2	5,32	12,63	154	5,21
23	28	5	4,08	11,06	223	4,09
28	26	-2	4,44	12,01	196	5,19
30	33	-6	4,13	11,09	210	4,13
23	33	3	4,66	12,23	178	4,32

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 12 Test técnicos Escuela de Fútbol “El Beaterio”

CONDUCCIÓN	HABILIDAD	PRECISIÓN	CONTROL	DOMINIO
Tiempo	Tiempo	Repetición	Repetición	Repetición
15,95	10,22	1	4	20
14,6	11,29	2	4	20
15,47	9,78	4	5	8
13,5	9,47	4	5	20
15,91	12,06	1	4	6
14,44	11,58	4	4	20
15,54	11,22	3	3	18
16,02	12,09	4	4	20
14,87	11,54	2	5	20
15,86	12,52	3	4	18
16,72	10,45	2	3	20
18,8	12,25	1	3	19
19,12	11	2	2	13
16,88	11,06	4	4	20
15,69	10,56	2	3	14
16,8	11,22	4	4	20
15,59	10,06	3	4	20
16,09	9,19	3	4	20
15,4	11,23	1	3	20
18,32	11,73	1	4	20

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 13 Test físicos Escuela de Fútbol "Tumbaco"

ABDONINALES 30s	FLEXIÓN BRAZOS 30s	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30m	T 40	SALTO HORIZONTAL	1000m
Repetición	Repetición	Distancia	Tiempo	Tiempo	Distancia	Tiempo
26	14	0	3,78	13,04	212	4,31
25	18	4	4,44	12,84	206	5,22
28	24	7	4,88	14,53	160	5,1
23	27	4	4,41	12,04	196	4,35
24	18	1	4,39	12,22	193	5,12
27	22	2	4,62	13,44	198	5,08
26	24	3	4,38	12,84	206	4,45
25	19	4	4,75	12,63	201	4,88
27	19	5	4,58	13,58	168	4,68
25	20	4	4,66	13,25	186	5,16
28	23	1	4,78	13,55	178	5,25
26	15	2	4,82	13,63	198	4,76

Fuente: Escuela de Fútbol el Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 14 Test técnicos Escuela de Fútbol “Tumbaco”

CONDUCCIÓN	HABILIDAD	PRESICIÓN	CONTROL	DOMINIO
Tiempo	Tiempo	Repetición	Repetición	Repetición
16,35	9,91	1	3	17
14,28	10,03	2	5	20
19,38	12,25	3	4	18
16,41	11,28	3	4	10
16,16	10,76	3	3	6
17,06	12,1	2	2	14
16,58	11,48	3	3	16
16,84	12,24	1	2	12
14,84	10,22	2	2	13
15,12	11,3	3	2	11
16,3	11,25	1	3	14
15,96	10,65	2	3	13

Fuente: Escuela de Fútbol El Nacional.

Autor: Mauricio Duque

Anexo N° 15 Test de aptitudes físicas

Escuela de Fútbol “El Nacional”

Test de abdominales 30s



Test de flexión de brazos 30s



Test de salto horizontal.



Test de velocidad 30m



Test de flexibilidad coxofemoral



Test de 1000m



Test T40



Anexo N° 16 Test de habilidades técnicas

Escuela de Fútbol “El Nacional”

Test de habilidad en dominio del balón



Test de precisión



Test de conducción del balón



Test de habilidad en conducción del balón en zigzag



Test de recepción





Anexo N° 17 Certificados



ESCUELA DE FÚTBOL

A petición del interesado, el suscrito CRNL. (S.P.), MILTON MOLINA, Director de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo "El Nacional", a quien interese:

CERTIFICA:

Que el señor **DUQUE PEREZ MAURICIO RUBEN**, con cédula de ciudadanía No. 171321328-6, egresado de la **UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE**, realizo las investigaciones referente al trabajo de grado (**FACTORES FÍSICOS Y TÉCNICOS QUE DETERMINAN PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES**), en la Escuelas de Fútbol del Club, sector EL PINTADO, CIUDADELA DEL EJÉRCITO, BEATERIO Y TUMBACO.

El interesado puede hacer uso del presente Certificado para lo que el creyere conveniente y bajo los fines legales pertinentes.

Quito, 06 de Febrero de 2017

CRNL. (S.P.) MILTON A. MOLINA
DIRECTOR DE LA ESCUELA DE FÚTBOL "EL NACIONAL"



www.elnacional.ec



"El Nacional"
Es la Gloria del Fútbol Ecuatoriano

100% ECUATORIANOS



ESCUELA DE FÚTBOL

A petición del interesado, el suscrito CRNL. (S.P.), MILTON MOLINA, Director de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo "El Nacional", a quien interese:

CERTIFICA:

Que el señor **DUQUE PEREZ MAURICIO RUBEN**, con cédula de ciudadanía No. 171321328-6, egresado de la **UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE**, socializó la propuesta de trabajo de grado, en la Escuelas de Fútbol del Club, sector **EL PINTADO, CIUDADELA DEL EJÉRCITO, BEATERIO Y TUMBACO**.

El interesado puede hacer uso del presente Certificado para lo que el creyere conveniente y bajo los fines legales pertinentes.

Quito, 06 de Febrero de 2017



CRNL. (S.P.) MILTON A. MOLINA
DIRECTOR DE LA ESCUELA DE FÚTBOL "EL NACIONAL"



www.elnacional.ec

Urkund Analysis Result

Analysed Document: TESIS.docx (D25806622)
Submitted: 2017-02-17 03:04:00
Submitted By: mauroduq@gmail.com
Significance: 6 %

Sources included in the report:

Tesis Estrella Carlos(I-V).docx (D25725187)
Javier Anrrango..docx (D11108645)
TESIS GABY V 15 J.docx (D14849795)
Tesis_DarwinA1a15.docx (D21102998)

Instances where selected sources appear:

15



**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:	1713213286		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Duque Pérez Mauricio Rubén		
DIRECCIÓN:	Quito, San Carlos Vaca de Castro		
EMAIL:	mauroduq@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL	0995396064

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	FACTORES FÍSICOS Y TÉCNICOS QUE DETERMINAN PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES EN LA ESCUELA DE FÚTBOL EL NACIONAL Y QUE APORTAN A LA CATEGORÍA SUB 14 EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2016.
AUTOR (ES):	Duque Pérez Mauricio Rubén
FECHA: AAAAMMDD	2017/02/24
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en Entrenamiento Deportivo
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Fabián Yépez

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Duque Pérez Mauricio Rubén, con cédula de identidad Nro. 1713213286, 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 24 días del mes de febrero de 2017

EL AUTOR:

(Firma).....
Nombre: Duque Pérez Mauricio Rubén
C.C. 1713213286



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

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

Yo, Duque Pérez Mauricio Rubén, con cédula de identidad Nro. 1713213286 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 titulado: **FACTORES FÍSICOS Y TÉCNICOS QUE DETERMINAN PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES EN LA ESCUELA DE FÚTBOL EL NACIONAL Y QUE APORTAN A LA CATEGORÍA SUB 14 EN LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2016** que ha sido desarrollada para optar por el Título de Licenciado en 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 24 días del mes de febrero de 2017

(Firma) 

Nombre: Duque Pérez Mauricio Rubén
Cédula: 1713213286