



ESPE
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y

TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA

CENTRO DE POSGRADOS

TRABAJO DE TITULACIÓN, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO

DE MÁGISTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TEMA

LA ATENCIÓN – CONCENTRACIÓN EN LOS PRINCIPIOS

FUNDAMENTALES DEL SISTEMA TÁCTICO DEFENSIVO EN EL

EQUIPO DE FÚTBOL SUB 18 DEL CLUB CLAN JUVENIL.

AUTOR: LCDO. CAICEDO MERIZALDE, JOSÉ GUILLERMO

DIRECTOR: MSC. CERÓN RAMÍREZ, JUAN CARLOS

SANGOLQUÍ

2019



**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y TRANSFERENCIA DE
TECNOLOGÍA**

CENTRO DE POSGRADOS

CERTIFICACIÓN

Certifico que el trabajo de titulación, 'LA ATENCIÓN – CONCENTRACIÓN EN LOS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL SISTEMA TÁCTICO DEFENSIVO EN EL EQUIPO DE FUTBOL SUB 18 DEL CLUB CLAN JUVENIL.', fue realizado por el señor CAICEDO MERIZALDE JOSE GUILLERMO, el mismo que ha sido revisado en su totalidad, analizado por la herramienta de verificación de similitud de contenido; por lo tanto, cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, razón por la cual me permito acreditar y autorizar para que lo sustente públicamente.

Sangolquí, 08 Julio del 2019

MSC.CERÓN RAMÍREZ JUAN CARLOS
DIRECTOR
C.C. 0702854415



**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y TRANSFERENCIA DE
TECNOLOGÍA**

CENTRO DE POSGRADOS

AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD

Yo, **CAICEDO MERIZALDE JOSÉ GUILLERMO**, con cédula de ciudadanía C.C. **1711400448**, declaro que el contenido, ideas y criterios del trabajo de titulación: '**LA ATENCIÓN – CONCENTRACIÓN EN LOS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL SISTEMA TÁCTICO DEFENSIVO EN EL EQUIPO DE FÚTBOL SUB 18 DEL CLUB CLAN JUVENIL.**' es de mi autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas. Consecuentemente el contenido de la investigación mencionada es veraz.

Sangolquí, 08 Julio del 2019

CAICEDO MERIZALDE JOSÉ GUILLERMO

C.C. 1711400448



**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y TRANSFERENCIA DE
TECNOLOGÍA**

CENTRO DE POSGRADOS

AUTORIZACIÓN

Yo, **CAICEDO MERIZALDE JOSÉ GILLERMO**, con C.C. N° 1711400448 autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de titulación: '**LA ATENCIÓN – CONCENTRACIÓN EN LOS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL SISTEMA TÁCTICO DEFENSIVO EN EL EQUIPO DE FÚTBOL SUB 18 DEL CLUB CLAN JUVENIL.**' en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi responsabilidad.

Sangolquí, 08 Julio del 2019

.....
CAICEDO MERIZALDE JOSÉ GUILLERMO

C.C. 1711400448

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación está dedicado a Nancy, mi esposa, Viviana, María José y Guillermo hijas e hijo que son motivo de inspiración y fortaleza diaria en mi vida.

A mi padre, hermanos, suegros y cuñados que de manera incondicional han estado a mi lado y han permitido que mis sueños se conviertan en realidad y sobre todo a mi adorada y extrañada madre motivadora permanente de mi preparación académica.

CAICEDO MERIZALDE JOSÉ GUILLERMO

AGRADECIMIENTO

A Dios ser supremo que nos bendice cada día.

A mis compañeros maestros y amigos de muchos años, Orlando Carrasco, Mario Vaca, Juan Carlos Cerón, Enrique Chávez, que han sido fundamentales en la consecución de esta meta.

A mi familia y amigos apoyo incondicional en mi carrera y en mi vida.

A Juan Cevallos y todo el club Clan Juvenil por las facilidades prestadas.

A Gandhy Guerrón por su aporte en este estudio.

A los profesores de la ESPE quienes me han dotado de herramientas necesarias para desempeñarme con éxito en el ámbito profesional.

CAICEDO MERIZALDE JOSÉ GUILLERMO.

RESUMEN

En el deporte de alto rendimiento y muy en especial en este caso el fútbol el resultado deportivo es fundamental, pero este depende de muchos aspectos como lo físico, lo técnico, el nivel de empoderamiento de los sistemas tácticos que se tenga de forma individual y de forma colectiva es así la importancia del resultado que el aspecto psicológico se ha vuelto preponderante y en este tema la atención y concentración se vuelve decisivo entre el éxito y el fracaso. Por ello esta investigación se centra en evaluar la influencia que tiene la atención –concentración en el funcionamiento adecuado de los principios tácticos defensivos como el marcaje, la permuta, el pressing, la cobertura y repliegue en todos los sectores de la cancha. Para la investigación se utilizaron los test de rejilla y de Toulouse Pieron que son evaluaciones escritas para medir la atención y la concentración así también se creó una ficha de observación para evaluar el nivel de efectividad de los principios tácticos defensivos durante un partido antes de la intervención y durante otro partido después de la intervención buscando que tanto el rival como el lugar y las condiciones sean similares. El equipo de fútbol sub 18 del Club Clan Juvenil estuvo conformado por 18 deportistas y la intervención se realizó durante seis semanas.

PALABRAS CLAVES:

- **ATENCIÓN-CONCENTRACIÓN**
- **RENDIMIENTO**
- **COBERTURA**
- **MARCAJE**
- **PERMUTA**

ABSTRACT

In high-performance sport and especially in this case football, the sporting result is fundamental but it depends on many aspects such as the physical, the technical, the level of empowerment of tactical systems that you have individually and in a way Thus, the importance of the result is that the psychological aspect has become preponderant and in this subject attention and concentration becomes decisive between success and failure. Therefore, this research focuses on assessing the influence of attention/focus on the proper functioning of defensive tactical principles such as marking, exchange, pressing, coverage and withdrawal in all sectors of the court. For the investigation, the grid and Toulouse Pieron test were used, which are written evaluations the measure attention and concentration. An observation form was also created to evaluate the level of effectiveness of the defensive tactical principles during a game before the intervention, and during another game after the intervention looking for that the rival as well as the place and the conditions are similar. The soccer team sub 18 the Clan Juvenil was conformed by eighteen sportsmen the intervention was carried out during six weeks.

KEYWORDS:

- **ANTENTION-CONCENTRATION.**
- **PERFORMANCE.**
- **COVERAGE.**
- **PERMUTA.**
- **REBOUND.**

INDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN.....	i
AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD	ii
AUTORIZACIÓN	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT	vii
INDICE DE CONTENIDOS.....	viii
INDICE DE TABLAS.....	xi
INDICE DE FIGURAS	xii
CAPITULO I.....	1
INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	2
1.3. Objetivos.....	2
1.3.1 Objetivo general.....	2
1.3.2. Objetivos específicos	2
1.4. Justificación e importancia	3
1.5. Hipótesis	4
1.5.1. Hipótesis de relaciones de causalidad.....	4
1.5.2. Variables de investigación	4
1.5.2.1. Variable independiente	5
1.5.2.2. Variable dependiente.....	5
1.6 Operacionalización de las variables.....	5
CAPITULO II.....	6
MARCO TEÓRICO.....	6
2.1. Generalidades.....	6
2.2. Características de la Atención.	8
2.3. Procesos cognitivos de la Atención – Concentración	10

2.4.	Perspectiva Social de la Atención – Concentración.....	12
2.5.	Perspectiva Psico – Fisiológica:.....	13
2.6.	Teorías explicativas de la atención en el deporte	14
2.7.	Teoría de los estilos atencionales.....	15
2.8.	El modelo Integral de la Atención.	16
2.9.	El Modelo explicativo del proceso Atencional.	16
2.11.	Sistemas tácticos defensivos	18
2.2.	Principios fundamentales del sistema táctico defensivo	20
2.2.1.	Marcaje.	20
2.2.2.	Cobertura.....	22
2.2.3.	Permuta	24
2.2.4.	Presión o pressing.	25
2.2.5.	Repliegue.....	28
CAPITULO III.....		29
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN.....		29
3.1.	Tipo de investigación	29
3.2.	Población y muestra.....	30
3.3.	Métodos de la investigación.....	31
3.4.	Recolección de la información	32
3.5.	Técnicas e instrumentos	33
3.5.1.	Test de Rejilla.	33
3.5.2.	Test de Toulouse Pieron.	34
3.6.	Ficha de Observación de Principios Defensivos.	35
3.7.	Tratamiento y análisis estadístico de los datos	37
3.8.	Tabla de Correlación de Pearson.	37
CAPITULO IV		38
ANÁLISIS DE RESULTADOS		38
4.1.	Análisis táctico en juego.....	38
4.2.	Análisis psicológicos	47
CAPITULO IV		56

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	56
4.1 Conclusiones	56
4.2. Recomendaciones	57
CAPÍTULO VI	58
PROPUESTA DE ATENCIÓN –CONCENTRACIÓN.	58
5.1. Introducción de la propuesta.....	58
5.2. Datos Informativos	58
5.3. Justificación	59
5.4. Análisis de la realidad	60
5.5. Objetivos	61
5.5.1 Objetivos generales de la propuesta.....	61
5.5.2. Objetivos específicos	61
5.6. Metodología para ejecutar el programa	61
5.6.1. Metodología	62
5.6.2. Fase No 1.	62
5.6.3. Fase No 2.	64
5.6.4. Fase No. 3	66
5.7. Cronograma de la propuesta	68
BIBLIOGRAFIA.....	74

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Variable D. Principios Fundamentales del Sistema Táctico Defensivo</i>	5
Tabla 2. <i>Variable Ind. atención-concentración.</i>	5
Tabla 3. <i>Nómina de los deportistas club clan juvenil sub 18.</i>	30
Tabla 4. <i>Resultados positivos en $\frac{3}{4}$ partes de la cancha</i>	38
Tabla 5. <i>Análisis Descriptivos positivos en $\frac{3}{4}$ partes de la cancha</i>	39
Tabla 6. <i>Correlacione $\frac{3}{4}$ partes de cancha.</i>	40
Tabla 7. <i>Resultados positivos tácticos en $\frac{2}{4}$ partes de la cancha</i>	41
Tabla 8. <i>Análisis descriptivo resultados positivos $\frac{2}{4}$ cancha</i>	42
Tabla 9. <i>Análisis Correlaciones $\frac{2}{4}$ partes de la cancha.</i>	43
Tabla 9. <i>Resultados positivos en $\frac{1}{4}$ de cancha</i>	43
Tabla 10. <i>Análisis descriptivo resultados positivos $\frac{1}{4}$ cancha</i>	45
Tabla 11. <i>Análisis Correlaciones $\frac{1}{4}$ partes de la cancha.</i>	46
Tabla 12. <i>Análisis de aciertos test rejilla</i>	47
Tabla 13. <i>Análisis descriptivo de aciertos test rejilla</i>	48
Tabla 14. <i>Análisis Correlaciones del test de rejilla</i>	49
Tabla 15. <i>Análisis de omisiones test rejilla.</i>	50
Tabla 16. <i>Análisis descriptivo de aciertos test rejilla</i>	51
Tabla 17. <i>Prueba de rangos con signo de Wilcoxon</i>	52
Tabla 18. <i>Análisis de aciertos del test Toulouse Pieron.</i>	53
Tabla 19. <i>Análisis descriptivo del test Toulouse Pieron</i>	54
Tabla 20. <i>Análisis Correlacional de acierto test de Toulouse Pieron</i>	55
Tabla 21. <i>Planificación</i>	65
Tabla 22. <i>Plan 1</i>	68
Tabla 23. <i>Plan 2</i>	69
Tabla 24. <i>Plan 3</i>	70
Tabla 25. <i>Plan 4</i>	71
Tabla 26. <i>Plan 5</i>	72
Tabla 27. <i>Plan 6</i>	73

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Test de Rejilla	34
Figura 2. Test de Toulouse	35
Figura 3. Ficha de observación.....	37
Figura 4. Correlación de Pearson	37
Figura 5. Resultados positivos en $\frac{3}{4}$ partes de la cancha.....	38
Figura 6. Prueba de hipótesis primer vs segundo partido $\frac{3}{4}$ cancha	40
Figura 7. Resultados positivos tácticos en $\frac{2}{4}$ partes de la cancha.....	41
Figura 8. Prueba de hipótesis primer vs segundo partido $\frac{2}{4}$ de cancha	43
Figura 9. Resultados positivos tácticos en $\frac{2}{4}$ partes de la cancha.....	44
Figura 10. Prueba de hipótesis primer vs segundo partido $\frac{1}{4}$ de cancha	46
Figura 11. Aciertos test rejilla.....	47
Figura 12. Omisiones test rejilla pretest y postest	50
Figura 13. Análisis de aciertos del test Toulouse Pieron	53

CAPITULO I

INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El fútbol desde hace muchos años se ha constituido en el deporte más popular en el mundo y cada vez se lo practica en más lugares llegando a extenderse hasta en países que no eran populares o que por diversos motivos ya sean culturales o muy pragmáticos era impensable así también este deporte no distingue de edad, cultura, raza, situación económica, género, etc., pues no es necesario grandes instalaciones o inversiones económicas grandes para su desenvolvimiento tal es así que los mejores jugadores de todos los tiempos han salido de estratos sociales bajos.

Existen muchos factores que pueden influir en la atención- concentración del futbolista y por ende en su desenvolvimiento táctico defensivo que a la vez influirá en el resultado final de la competencia.

Entre los factores más influyentes están factores ambientales, emocionales, sociales, culturales, etc.

En el fútbol la atención y concentración toma una importancia aun mayor que en otros deportes ya que por la naturaleza propia del deporte existen acciones en que interviene los movimientos individuales, los colectivos, la cancha, el balón y las acciones individuales y colectivas del rival así como factores anteriormente expuestos es por esto que el deportista debe estar sumamente preparado en estos aspectos psicológicos por todo esto el mantener la concentración durante todo el encuentro es la clave del éxito.

Siendo la táctica la ubicación de los jugadores dentro del campo de juego y los movimientos que estos tengan en el mismo con fines defensivos en relación a la posesión del balón se puede definir muchos sistemas siendo los que en la actualidad son más comunes el 4-4-2 ,3-5-2 ,3-4-3 de innumerables formaciones y el éxito o el fracaso de los mismo está en la eficiencia de sus actores que son los futbolistas y de la idea que tenga del rival su entrenador para organizarlos.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la incidencia de la Atención – Concentración en el adecuado funcionamiento de los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del club Clan Juvenil?.

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Comprobar que la Atención – Concentración influye en el adecuado funcionamiento de los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

1.3.2. Objetivos específicos

- Evaluar los fundamentos defensivos del sistema táctico mediante una ficha de observación aplicada en la competencia lo que evidenciara sus transformaciones en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.
- Determinar que la aplicación de un sistema de entrenamiento basado en la atención concentración logra cambios en el futbolista en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

- Diseñar, aplicar y evaluar una metodología de trabajo para mejoramiento de la Atención – Concentración en los principios fundamentales del Táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

1.4. Justificación e importancia

En términos generales podemos decir que la atención es la fijación voluntaria de la mente en una determinada situación u objeto y que la concentración ayuda a que esta se pierda por otros estímulos sabiendo que los dos son procesos cognitivos que podrían hacer la diferencia entre rendimiento óptimo o no.

Los procesos cognitivos hacen que el cerebro tome las mejores decisiones basadas en conocimientos previos que tiene cada individuo en el caso del deportista se basará en la técnica y los entrenamientos.

En este aspecto se ha estudiado la importancia de la atención concentración en el fútbol así: “Parece ser que la concentración juega un papel fundamental en la competición, condicionando muy directamente aspectos tan relevantes como la precisión o la velocidad de ejecución motora. (Morales del Moral, 2003)

Al hablar de táctica también debe tomarse en cuenta el término estrategia ya que en muchas ocasiones se los usa indistintamente como sinónimo y no lo son ya que la estrategia es la serie de acciones que pueden tomarse para lograr alcanzar un objetivo deportivo.

Por su parte la táctica es definida entre otras como “Todas las acciones motrices inteligentes realizadas en el juego con el adecuado ajuste espacio –temporal, resultado de la observación de situaciones previas de compañeros o adversarios “. (Añon, 2017)

“La aplicación oportuna y adecuada de los recursos técnicos individuales disponibles para la resolución efectiva de un problema planteado en el juego sobre la base de los principios colectivos de eficacia’. (Sanchez, 2014)

Basándose en los conceptos anteriores diríamos que la táctica es la resolución de situaciones motrices de juego de forma inteligente pudiendo ser individuales o colectivos, así pues, el deportista deberá tener condiciones físicas, técnicas, cognitivas, psicológicas bien estructuradas para cumplir de forma adecuada en situaciones de juego.

Por todo lo expuesto se debe estar claro que la atención –concentración en una habilidad que debe ser tomada en cuenta en cada entrenamiento pues es perfectamente posible entrenarlo ya sea vinculadas con el entrenamiento físico, técnico, pero principalmente en el táctico o por separado, pero con la mira de vincularlo en acciones reales de juego o en cualquier fase de del entrenamiento como calentamiento, parte principal o vuelta a la calma.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis de relaciones de causalidad

- La metodología de trabajo de la Atención –Concentración incide en el mejoramiento del funcionamiento de los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en lo jugadores de fútbol de la categoría sub 18 del club Clan Juvenil.

1.5.2. Variables de investigación

La investigación contrastará dos variables que inciden mutuamente, las cuales se delimitan de la siguiente manera:

- Principios fundamentales del Sistema Táctico Defensivo
- La Atención - Concentración

1.5.2.1. Variable independiente

La Atención-Concentración

1.5.2.2. Variable dependiente

Principios fundamentales del sistema táctico defensivo.

1.6 Operacionalización de las variables

Tabla 1.

Variable D. Principios Fundamentales del Sistema Táctico Defensivo

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Es una fase del juego que implica defender adecuadamente los ataques de los rivales de forma efectiva	- Impedir progresión del rival con: Cobertura, Marcaje, Permuta, Presión, Repliegue.	-Eficiencia en los principios fundamentales defensivos	-Ficha de observación abalizada por los especialistas. -Análisis del juego.

Tabla 2.

Variable Ind. atención-concentración.

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
La focalización en una parte del estímulo ignorando los que no es parte de él.	-Ejercicios que impliquen atención. Concentración de los deportistas -Aplicación en las zonas de la cancha en los principios tácticos defensivos.	-Decisiones adecuadas en el tiempo justo -Evaluaciones psicológicas abalizadas.	-Test de Toulouse – Pieron. -Test de Rejilla.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Generalidades.

Existen varios aspectos que influyen en el rendimiento deportivo, pero veremos que la atención y la concentración son determinantes en la ejecución y en el aprendizaje que determinaran que el trabajo psicológico se vuelva indispensable y son la Atención y la concentración lastimosamente la realidad demuestra que todavía existen entrenadores no lo utilizan en sus trabajos diarios ya sea por desconocimiento o por considerarlo de menor importancia debe considerarse que este tipo de trabajo se lo puede hacer tanto por el psicólogo deportivo fuera de la cancha como dentro de ella sumado al aspecto físico, técnico y táctico por parte del entrenador ,es en este sector donde va dirigida esta investigación.

Al ser el futbol el deporte más popular en el mundo y que por ende mueve muchos intereses económicos y que en esto los resultados se vuelven una carga muy pesada ,misma que recae sobre los actores del mismo como dirigentes colaboradores de los clubes pero sobre todo sobre los entrenadores y principalmente en los jugadores de fútbol los que deben manejar esto dentro del capo de juego es así que cada día se habla más de aspectos fundamentales como son la atención y la concentración pero lastimosamente el que todos hablen del tema no redunde en la dedicación que se le dé dentro de la jornada de entrenamiento pues es evidente que muy poco se hace en el trabajo específico con balón.

Esta carencia debe ser probablemente por aspectos como el empirismo de los entrenadores tal vez porque se considera que es algo que los jugadores ya deben manejar por la experiencia, o porque se prioriza otros aspectos como lo físico, técnico y táctico.

Debe recalcar que por pequeños detalles y momentos en que el deportista pierde su nivel de atención se puede definir un resultado deportivo tal es su repercusión que esto influye definitivamente en un torneo o el éxito o el fracaso de los mismos. (Guellen, 2014)

Concluyen que un deportista puede tener buenos niveles de preparación física, técnica y táctica que le permitan ser competitivos así también se encuentran motivados en buen nivel, si no tiene la capacidad de centrarse en un estímulo y mantenerse en el mismo no podrá dar los mejores resultados. En conclusión, que si un deportista tiene un nivel físico competitivo y a esto se le suma una buena preparación técnico táctica sumado a niveles atencionales de importancia le permitirá resolver de mejor manera las situaciones propias del juego pese a que existen factores internos y externos que influyen en el deportista.

(Dosil, 2004) “el control de la atención y la concentración debe ser uno de los objetivos a tener en cuenta en cualquier programa de entrenamiento psicológico y una habilidad que deberán perfeccionar tanto los deportistas como los entrenadores

Mediante las investigaciones científicas se ha demostrado la influencia de los aspectos atencionales y de concentración que son beneficiosas en el rendimiento deportivo.

Con el fin de clarificar ideas sobre lo que es la atención citaremos varios conceptos:

“La Atención es la orientación seleccionadora de la conciencia hacia determinada cosa que deviene con especial claridad y precisión” (Rubinstein, 1963).

“Es la dirección y concentración de la actividad psíquica sobre un objeto cualquiera” (Rudik, 1974).

Para (Leontiev, 1974), la atención implica un estado de vigilia ,la disposición a actuar frente al estímulo produciendo sensiblemente la excitación de los órganos de los sentidos aumentando su receptividad, reacción .

La Atención podría definirse como el filtro que disgrega los diferentes estímulos que se recogen del entorno dándoles un nivel de importancia según la necesidad mediante el proceso de concentración haciéndolo con mayor duración.

2.2. Características de la Atención.

- Amplitud.
- Intensidad.
- Oscilamiento o desplazamiento de control.
- Control.

Amplitud:

Esta característica se refiere al acumulo de información que simultáneamente se puede atender y las tareas que al mismo tiempo se puede realizar.

Intensidad:

De ésta característica se puede decir que es la cantidad de atención dada a determinado objeto u circunstancia por parte del individuo.

Oscilamiento o desplazamiento de control:

De esta característica podemos decir que es los cambios que sufren los niveles de atención que se brindan a un objeto pudiendo ser razón las diferentes acciones que se realizan.

Control:

Característica en la que se pone a todos los mecanismos que permitan dar énfasis en determinada acción y las variantes ambientales que se presenten para tener controlada la atención sobre el mismo.

Condiciones de la Atención:

Existen determinantes provenientes del entorno que brindan la posibilidad al deportista mantener la atención es decir esta en dependencia del medio ambiente y de cómo estas se presenten.

- Potencia del estímulo.
- Cambio.
- Tamaño.
- Repetición
- Movimiento Contraste.
- Organización Estructural.

Potencia del Estímulo:

Así como un sonido de gran intensidad puede atraer nuestra atención lo mismo puede suceder con otros tipos de estímulos de colores, tamaños y más, que pueden llamar la atención sobre otros.

Cambio:

Se refiere a los estímulos que modifican en nuestro cerebro el estado de estabilidad.

Tamaño:**2.3. Procesos cognitivos de la Atención – Concentración**

Es en definitiva el mejor aspecto poder entender el funcionamiento de la intencionalidad en un deportista que recibe un sin número de mensajes provenientes del medio que lo rodea debiendo filtrar todo este bagaje de estímulos para resolver y tomar decisiones prontas.

(Vega, 1994), describe tres aspectos que se estudian en la perspectiva cognitiva, La selección estimular, La capacidad limitada y el estado de activación o alerta.

Siendo para la selección estimular la Atención el filtro de estímulos es la sincronización de los procesos mentales, percepción, memoria, pensamiento, razonamiento y más de los estímulos se reciben en grandes cantidades y a cada momento siendo la Atención la que filtra y procesa, para los grandes investigadores que apoyan esta idea la realidad del hecho.

Apoyan esta idea y sostienen que gracias a la atención los deportistas pueden disgregar lo más relevante para la situación de lo considerado de menor importancia

para dicha acción y en determinado momento. por lo que el cerebro necesita de acciones cognitivas complejas e inmediatas.

Otro de los aspectos que De Vega describe relevante en el proceso cognitivo de la Atención es La capacidad limitada, que no es otra cosa que el hecho de no poder ejecutar dos o más tareas complejas al mismo tiempo lo que merma en la eficiencia de la ejecución de los mismos por la interferencia de los procesos atencionales que demanda el ejecutarlo simultáneamente.

Concluyendo la idea diríamos que mientras mayor nivel de automatización tenga el deportista en la ejecución de acciones puede este dar mayor atención a otros estímulos que se presentan al mismo tiempo.

El tercer aspecto a considerar según (Vega, 1994) es el estado de activación y/o alerta que es el estado de predisposición y preparación en que se encuentra el cerebro del deportista para recibir los estímulos que están en su entorno con fines de explicación compararíamos a una persona que se encuentra dormida y otra que está despierta siendo la segunda la que está más dispuesta y preparada para reaccionar por su elevado nivel de alerta. Por el contrario, el primero puede presentar torpeza y sus acciones menos eficaces.

Entonces basados en estos estudios diríamos que pueden existir varios tipos de filtros de la información

El Rígido: A la hora de procesar información, la mente ha de ser considerada como un terminal de capacidad limitada que solo puede procesar un mensaje cada vez”.

El Atenuado: Aunque la atención disminuye entre los mensajes, el relevante recibe un tratamiento especial, ya que traspasa el filtro con la máxima *intensidad*, mientras que el resto de los mensajes son atenuados para no sobrecargar el mecanismo de Procesamiento”

La selección de información visual: “Aunque la selección de la información se dé tanto ante estímulos auditivos como visuales el sujeto no se forzado a filtra uno de los mensajes”

Modelos de filtros post-categorial: “Para decidir qué mensaje es relevante hay que analizar toda la información, luego hay que situar el filtro atencional en los estadios finales del procesamiento”.

2.4. Perspectiva Social de la Atención – Concentración

Es irrefutable el hecho de la influencia que existe entre el resultado deportivo y el nivel de atención en el deporte cabe analizar los diferentes estímulos que pueden afectar los mismos y que los errores se dan por la incapacidad que tiene el individuo de mantener la atención en estímulos de relevancia.

Como ejemplo tomaremos la circunstancia que puede presentarse dentro de un partido de fútbol un penal defensorio en el último minuto el deportista debe tener la capacidad de centrarse en el balón, la portería y el portero y absolutamente nada más pero no es así y este tiene estímulos que influyen en él como pueden ser el público, el temor a errar, el cansancio, pudiendo estos aumentar el riesgo a fracasar.

Podría decirse en el caso de la atención puede existir modelos individuales de la misma que podrían depender de la personalidad del deportista y de las características de la circunstancia o acción de juego. En este sentido se diría que pueden darse características de fenómeno atencional. como en las siguientes teorías se expresan.

(Nideffer, 1976). Igual que hay diferencias fisiológicas y/o intelectuales en las personas, también las hay en sus diferencias atencionales, todas las personas tienen algún estilo atencional más favorecido, preferido o dominante que los demás, el nivel de atención del deportista influye en su capacidad de cambiar el foco de atención.

(Pons G. , 1994) en su obra resalta la Teoría de la detección de señales que dice que en cuando el nivel de atención aumenta, el deportista se hace más dependiente de su estilo atencional dominante, sea idóneo o no. Cuando el nivel de activación sobrepasa un determinado umbral, el atleta entra en pánico y pierde el control sobre su atención.

En cambio, la Teoría de las habilidades atencionales expresa que pueden ser contextualizadas como existiendo a través de un continuo estado-rasgo, la mayoría de personas que poseen una buena capacidad atencional tienen un buen equilibrio en sus habilidades atencionales.

2.5. Perspectiva Psico – Fisiológica:

En base a estos análisis Psico- fisiológicas se puede deducir que factores como los que se expresan en electro-cardiogramas o la frecuencia cardiaca entre otros pueden ser indicativos de un mayor o menor nivel atencional estando a la par de estos en nivel y la experiencia de los deportistas.

Investigaciones sobre este aspecto son expresadas a continuación.

(Hatfiel, 1984) en su investigación examinaron la actividad cerebral en tiradores de élite mientras tiraban y ejecutaban tareas de series mentales llegando a la conclusión que estos atletas poseían una capacidad de atención tan grande que podían reducir todas las actividades mentales innecesarias en la ejecución de la tarea.

(Landers, 1980), Encontró una significativa desaceleración del ritmo cardiaco en tiradores de élite justo antes de apretar el gatillo.

(Wang y Landers, 1988), en su estudio analizaron la tasa cardiaca en arqueros mientras tiraban, observando una importante desaceleración del ritmo cardiaco en el momento del tiro, mayor en arqueros experimentados que en los novatos.

(Boutcher y Zinsser, 1990), en su estudio observaron una significativa desaceleración de la tasa cardiaca en golfistas principiantes y de élite al golpear la bola, aunque en mayor proporción en los experimentados

2.6. Teorías explicativas de la atención en el deporte

Pese a que todos los entes involucrados en el deporte como son los entrenadores, deportistas y más actores del quehacer deportivo han dado la importancia debida a la atención en el deporte existe muy poco hecho en el aspecto práctico es decir no se aplican durante los entrenamientos modelos de trabajo en los que implique la atención concentración. Y mucho menos en el aspecto investigativo teorías científicas que se dediquen a este tema. Pese a esto analizaremos tres teorías que existen sobre el tema que la expliquen.

2.7. Teoría de los estilos atencionales.

La teoría de Roberth Nideffer de los estilos atencionales dada en 1976 se ha vuelto e la base para la explicación y aplicación delos aspectos teóricos de la psicología del deporte y a su vez prácticamente todos los libros y estudios lo toman y lo refieren. El autor refiere que, así como la parte fisiológica física y psicológica son propias e individuales para cada individuo lo es también el nivel atencional y que por esto las resoluciones que se dan dentro de las acciones de juego son predecibles ya que se conoce el estilo de la persona.

(*Nideffer, The inner athlete*) en su libro dirigido a entrenadores y atletas concluye que existen dos dimisiones básicas de la atención la amplitud y la dirección.

Siendo la amplitud la extensión del campo atencional es decir la información variad que se le presentan al deportista en un determinado momento y en una determinada acción que puede sub dividirse amplia si esta es de gran extensión y reducida si es de corta extensión.

Así si la cantidad de estímulos son amplios la persona tendrá gran cantidad de distractores y por el contrario si los distractores son escasos estará focalizado en un solo aspecto.

La dirección en cambio es hacia donde se dirige toda la atención pudiendo ser esta externa e interna

Externa sería si el foco de atención es dirigido hacia aspectos excéntrico, ambientales, climáticos y otros relacionados.

El Interno se explicaría como los aspectos atencionales que tienen relación con lo interno del individuo sus emociones, sus pensamientos y sentimientos.

En conclusión, diríamos que todos estos aspectos se pueden conjugar y la reacción dependerá de la individualidad y características del deportista y lo que considere es lo adecuado para la acción

Por la amplia diferencia de estos aspectos (extensión y dirección) lo que daría por su conjunción o fusión cuatro nuevas dimensiones.

En base a todo lo expuesto anteriormente por los diferentes autores deducimos que existen tres modelos atencionales principalmente

2.8. El modelo Integral de la Atención

Basado en el conocimiento de que la atención es un proceso que engloba variantes distintas que influyen en la persona al momento de evaluar su intencionalidad, debemos decir que son principalmente tres aspectos el psicofisiológico, el cognitivo y el social. Estos podrían ayudarnos a entender la influencia de la atención en el resultado de las acciones en el deporte.

(Boutcher, 1992), es el principal defensor de este modelo, expresando que al momento de analizar el resultado de respuesta que tiene un deportista frente a una acción se debe analizar factores intrínsecos, personales y situacionales del sujeto.

2.9. El Modelo explicativo del proceso Atencional.

(Dosil, 2004), para este investigador existen tres momentos claves en el proceso atencional que explicarían la influencia de este en el deporte. Siendo lo primero lo

perceptivo, lo que el deportista puede analizar mediante los sentidos, en un segundo momento es capaz de un sin número de estímulos escoger de forma consciente o inconsciente los que considera de mayor relevancia, para finalmente lograr un nivel adecuado de concentración que no es más que la focalización por un tiempo de este nivel de atención. Siendo lo primero que realiza el deportista es analizar mediante los sentidos lo que percibe del entorno y consciente o inconscientemente selecciona los que puede considerar como de importancia suprema manteniendo el enfoque en este por un periodo de tiempo lo que se considera concentración

Tipos de estímulos:

Dependiendo de las circunstancias y situaciones que influyen en el deportista se puede encontrar varios tipos de estímulos.

Estímulos Dominantes: son los estímulos destacados por los deportistas o de preferencia.

- Estímulos Fluctuantes: son los estímulos que pueden aparecer y desaparecer según su intensidad y procedencia, según estas variables se puede sub-dividir en otras clasificaciones.
- Según la intensidad pueden ser de alta intensidad cuando es muy probable que este se convierte en dominante. Debiendo estar el deportista muy preparado a responder rápidamente esto depende del grado de importancia que le brinde el sujeto como por ejemplo la lluvia.

- Por otra parte, los de baja intensidad son los estímulos que no son tan relevantes para la percepción del deportista y que podrían o no influir en el ejemplo podría ser las barras del público.

Otro factor podría ser la procedencia del estímulo:

- En este aspecto serían intrínsecos y extrínsecos.
- Siendo internos los propios del deportista y que si pueden influir en el cómo por ejemplo los recuerdos.
- Y los externos se darán por los estímulos del exterior por ejemplo los sonidos, conversaciones que en ocasiones el deportista ni se da cuenta de ello.
- Sea cual fuere el tipo del estímulo está en la preparación del deportista hacer que sean o no influyentes pues pueden ser en este sentido negativos o positivos para el accionar individual y sus resultados.

2.11. Sistemas tácticos defensivos

El juego defensivo desde una visión colectiva se podría definidos como “Conjunto de acciones individuales y colectivas realizadas por los jugadores del equipo que no se encuentran con la posesión del balón con el fin de organizarse y desarrollar sus funciones defensivas con la máxima eficacia posible”.

Tener intenciones tácticas que integren a una organización colectiva y en las intenciones tácticas del resto de jugadores con el objetivo de recuperar el esférico”, es defender (Grehainer, 2001).

Los sistemas tácticos defensivos son la serie de acciones planificadas y organizadas por el entrenador que tiene como objetivo que sus jugadores realicen movimientos dentro de la cancha ya sean de firma individual o colectiva para recuperar lo más pronto el balón y-o evitar el gol y así se podría iniciar una acción ofensiva o de mantenimiento de la pelota.

Durante los años desde la creación del futbol se han conocido muchos sistemas de juego que en dependencia de quien tiene el balón se vuelven ofensivos o defensivos

(Randrup, 2008), en su editorial considera que a través de la historia se han vivenciado muchos sistemas tácticos entre los que se puede indicar que 1872 era evidente la carencia del juego en equipo y se evidenciaba el 1-9 luego este se modificó por el 1-1-8 que eran sistemas en la que no se daba absolutamente ninguna importancia al defensivo.

A finales de 1870 los ingleses aportaron con el sistema 1-2-7 y los holandeses con el 2-2-6

Por 1880 nació el sistema piramidal del 2-3-5 en el que se daba ya importancia al defender y no descuidar tanto estas acciones.

Por 1925 se integra a los sistemas tácticos la WM con una distribución de 3-4-3 aquí ya los jugadores tenían funciones de defender al no tener el balón.

Los suizos por su parte implementan el famoso cerrojo suizo del 4-3-3 Dando hincapié al armaje de atrás para adelante con gran importancia al sistema defensivo.

Por la década de los sesenta surge el famoso Catanaccio 5-3-2 claramente defensivo cuyo objetivo era mantener la valla en cero como prioridad y luego ir al ataque.

En la actualidad existe un sin número de opciones para establecer un sistema táctico defensivo dado por la idea del juego que ponga en entrenador y de la realidad de las características del jugadores, así también de la realidad propia del juego. 4-4-2 ,2-5-2 ,4-2-3-1, y muchas más.

2.2. Principios fundamentales del sistema táctico defensivo

Los principios fundamentales defensivos son acciones defensivas específicas en determinada zona o función del jugador que no posee el balón esas acciones pueden ser individuales o grupales, también puede considerarse como el comportamiento que asume el jugador frente a una acción del jugador ofensivo del equipo contrario.

Considerando la zona del campo en que se ejecuta un principio puede ser más o menos eficiente lo que en una zona es mejor en sector puede ser que en otro no lo sea.

Dependiendo de las características del jugador también puede variar en principio utilizado.

Los principales principios defensivos en el fútbol son:

2.2.1. Marcaje.

Definición: Es un principio táctico que realizan los jugadores del equipo que no posee el balón, de forma individual o colectiva con el fin de evitar el avance del equipo contrario.

Tipos de Marcaje:

- Marcaje al Hombre: Es el tipo de acción en la que el defensivo tiene la tarea impuesta por el entrenador de marcar a un jugador rival en específico sin que sea necesario que se limite a un sector de la cancha.
- Objetivo: Anular a un determinado jugador que por su nivel de influencia es peligroso para el juego.
- Marcaje Mixto: En este tipo de marcaje se relaciona a una zona específica y a un jugador específico es decir que el defensor marcará hombre a hombre solamente cuando este ingrese a la zona específica.
- Objetivo: Es mejorar el marcaje sin mucho desgaste energético y solamente cuando el jugador se vuelve peligroso.
- Marcaje por zonas: En este tipo de marcaje se prioriza el sector de custodia del defensor es decir que es indiferente quién sea el jugador lo que importa es custodiar al que ingrese a l sector asignado.
- Objetivo: Cuidar un sector por donde frecuente mente es atacado el equipo y evitar las incursiones peligrosas.
- Marcaje Combinado: En este tipo de marcaje se evidencian varias formas de marcar es decir que en determinado sector o determinado jugador realizará un tipo de marcaje, pero en otra zona u otro jugador lo realizará de otra forma siendo así las disposiciones del entrenador:
- Objetivo: Optimizar los recursos y utilizar las fortalezas de los jugadores defensivos.

(Sanchez, 2014)

Características del Marcaje:

- Abarca el control de todos los jugadores del equipo rival.
- Necesita un alto nivel de atención – concentración.
- Fortaleza física de nivel aceptable.
- Disciplina táctica.

Principios del Marcaje:

- El defensor debe ubicarse en la línea entre el atacante y la portería propia.
- Mientras más cercano al rival es el marcaje, mayor es la eficiencia en la acción secundaria.
- Los jugadores deben manejar un nivel alto de comunicación y conocimiento de los compañeros

Fundamentos del marcaje

- El marcaje inicia inmediatamente cuando el rival posee el balón.
- Se debe integrar al marcaje a todo el equipo.
- El trabajo de cohesión y coordinación grupal es fundamental.

2.2.2. Cobertura.

Este principio táctico defensivo puede definirse como como la posición que toma un jugador frente a la posibilidad de que su compañero se desbordado por un rival y así poder actuar inmediatamente. Se puede considerar una posición de solidaridad con su compañero.

Tipos de cobertura:

- Cobertura sobre un compañero: consiste en el acompañamiento realizado directamente sobre la situación defensiva de un solo compañero que podría ser desbordado
- Cobertura sobre una línea: Consiste en el acompañamiento que da un jugador defensivo a la posibilidad de que dos o más compañeros puedan ser desbordados.
- En diagonal: Es un tipo de cobertura compleja ya que consiste en el acompañamiento a la posible cobertura en ambas líneas tomando una posición diagonal en relación a los jugadores claves se tomas una posición en rombo.

Objetivo de la Cobertura:

Evitar que un jugador rival desborde con facilidad a un compañero y avance hacia la propia portería.

(LUQUE, 2013)

Características de la cobertura:

- Se debe tomar en cuenta la ubicación en el campo, la posición propia, la del rival y la del compañero.
- La técnica propia, así como la velocidad propia y del rival son aspectos a considerar como importantes.
- Poseer una buena posición durante el juego.
- Estar siempre concentrado y predispuesta a apoyar.

Principios de la cobertura:

- La atención y concentración son indispensables.
- Tener una excelente posición dentro del campo.

- Ser veloz.
- Tener predisposición al juego cooperativo.

Fundamentos de la cobertura:

- Es de vital importante tomar en cuenta que la cobertura inicia cuando mi compañero inicia su marcaje.
- Este principio debe ser trabajado en los entrenamientos y con la intervención de todo el equipo.

2.2.3. Permuta

Definición: Es el principio táctico defensivo en el que un jugador desbordado toma la posición defensiva propia o la del compañero que lo ayudo cubriendo su puesto.

Tipos de Permuta:

- Permutas al espacio: Es el principio táctico defensivo en el que el jugador cubre el espacio dejado por su compañero que realiza una cobertura.
- Permuta al Hombre: Es el principio táctico defensivo en que el jugador ocupa el espacio y la marca del jugador rival luego de un desborde a su compañero.

Objetivo: Evitar la prolongación de la jugada ofensiva del equipo rival que realiza desbordes constantes para llegar al arco rival.

Características de la Permuta:

(VARELA, 2011).

Principios de la Permuta:

- Cambio de oponente: durante el juego hay cambios constantes de oponentes con el fin de economizar esfuerzos y ser más eficientes.

- Vigilancia: es la acción de atención y concentración en las posibles acciones de jugadores que no tienen el balón.
- Anticipación: es la capacidad de llegar y prevenir las acciones contrarias.
- Intercepción: Tiene mucha relación con la anticipación con la diferencia que el defensor queda con la posición del balón.
- Entrada: Es la acción del defensor para intentar robar el balón al jugador contrario.
- Carga: Es una entrada con la acción de chocar hombro con hombro con el rival.

Fundamentos de la Permuta:

- Procurar que el equipo no quede en inferioridad numérica.
- Se debe realizar movimientos armónicos y coordinados de los jugadores defensivos.
- El jugador debe actuar tomando las decisiones adecuadas y no de forma mecánica.
- No permitir al equipo rival que tenga grandes espacios.
- Evitar el desgaste innecesario y si repartir los esfuerzos.

2.2.4. Presión o pressing.

Definición de Presión

“Acción consistente en acosar sin tregua ni respire al adversario, para recuperar la posesión del balón y no ceder a ningún precio la iniciativa del ataque al contrincante”

Tipos de Presión:

Según el Posicionamiento defensivo:

- Pressing Replegado: Es el tipo de acción en que el equipo defiende y presiona en su propio campo en zona de ataque del rival cediendo la cancha.
- Pressing Plegado o intermedio: Es la acción de esperar al rival en la media cancha cediendo el armaje de los mismos y presionando al ingresar a su cancha.
- Pressing avanzado: Es la acción de presionar en cancha rival es una presión total.

Según Criterios selectivos:

- Pressing Zonal: Es cuando las acciones de presión se sitúan solo en zonas establecidas o determinadas de la cancha según la necesidad del equipo.
- Pressing Individualizado: Se inicia la acción de presión cuando determinado rival o rivales lo poseen para la recuperación rápida del mismo por su debilidad técnica u otro factor.
- Pressing por poderío defensivo: En esta acción de presión se aprovecha las condiciones defensivas propias de un determinado jugador y se ejecuta cuando ingresa el rival a su zona.

Objetivo de la Presión: En este principio Táctico defensivo es fundamental la recuperación pronta de la pelota para iniciar la tarea ofensiva.

(ALVAREZ).

Principios de la Presión:

- Se lo deberá realizar antes de que el rival posea el balón
- Se debe realizar con superioridad numérica.
- Actuar de forma oportuna en la zona establecida.
- Aprovechar el poderío físico y técnico de nuestro equipo.
- Cuando el rival reciba de espaldas.
- Cuando el rival este aislado.
- Aprovechando factores externos al juego.

Fundamentos de la Presión:

-Aspectos Tácticos:

- Achique de espacios.
- Presión de todo el bloque.
- Presión agresiva y sin tregua.
- Aprovechar el momento.
- Presión al poseedor del balón y al posible receptor.
- Cerrar línea de pase.

Aspectos Técnicos:

- Tacle: Cuando existe un desplazamiento defensivo.
- Entrada: Acción de abordaje defensivo de forma adecuada.
- Despeje: Acción técnicamente realizada que permite recuperar un Balón.
- Carga: Acción de abordaje al rival en la existe un contacto lícito.

Aspectos Físicos.

- Fuerza: Capacidad poseer fortaleza en miembros inferiores y superiores que permitan al jugador desenvolverse de mejor manera.

- Resistencia: Que permitirá al jugador desenvolverse efectivamente en todo momento del juego.
- Velocidad: Capacidad que permitirá llegar a tiempo a las acción de juego.

2.2.5. Repliegue.

Definición del Repliegue: Es la acción defensiva de retroceder uno o más miembros del equipo cuando se ha perdido la posesión del balón.

Tipos de Repliegue: Según la zona en donde se pierde el balón.

- Desde la zona alta o de ofensiva
- Desde la zona media o de construcción.
- Desde la zona defensiva o de recuperación.

Objetivo del Repliegue: Procurar retroceder de forma ordenada a todo el equipo con el fin de no permitir acciones ofensivas del rival.

Principios del Repliegue:

- Mantener la estructura del equipo.
- Procurar retroceder llevando al rival a zonas en que no hagan daño.

Fundamentos del Repliegue:

- Realizar las acciones de forma rápida.
- No permitir al rival avances con facilidad.
- Velocidad de acción.

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

Investigación cuasi experimental, mediante estudio de casos.

En esta investigación se tomo el tipo de investigación Explicativa cuasi- experimental porque se intentará demostrar que la variable metodología de trabajo de atención concentración influye en la eficacia de principios fundamentales de los sistemas defensivos de los deportistas sub 18 del club de futbol Clan Juvenil y establecerá resultados para su eficiencia.

3.2. Población y muestra

- **Población**

Se tomará como población los 18 deportistas que pertenecen a la categoría sub 18 del club Clan Juvenil de Sangolquí.

- **Muestra**

Al ser la población muy pequeña, la muestra es igual a la población. $N = n = 18$

Tabla 3.

Nómina de los deportistas club clan juvenil sub 18.

No NOMBRES DEL DEPORTISTA

1	Junior Mina Caicedo
2	Jazmany Jolyn Cortez Portocarrero
3	Jean Francisco Arias Sandoval
4	Jean Piero Quiñonez Rodriguez
5	Jeremy Heredia Lara
6	Patricio Alejandro Vargas Cedeño
7	Maicol Steeven Bailón Arias

- 8 Oscar Moisés Cheme Ibarra
- 9 Kevin Daniel López Martínez
- 10 Joel Cuero Arias
- 11 Horacio Celestino García Delgado
- 12 Segundo Elías Quiñonez Cortez
- 13 Luis Daniel Preciado Corozo
- 14 Lucas Cueva Gordillo
- 15 Vagner Antonio Quintero Gonzalez
- 16 Mauro Jonas Narvaez Rosero
- 17 Jhon Jairo Quiñonez Olaya
- 18 Sherlin Andrés Quilumba Tepu

3.3. Métodos de la investigación

Métodos teóricos

La investigación utilizará los siguientes métodos teóricos de investigación:

- Método Histórico: este nos permitirá hacer cronología del estudio y antecedentes del objeto de estudio tanto a nivel local como mundial, realizar conexiones históricas y conocer las etapas de los mismos.
- Método Dialéctico: Reconocer los errores que tienen en la práctica habitual de una sesión de entrenamiento que no incluye ejercicios de Atención – Concentración
- Analítico-sistémico: Analizando la atención de los deportistas, la concentración, llevarlo al campo práctico con ejercicios físicos específicos que incluyan a la vez aspectos técnicos, físicos y tácticos en las diferentes zonas de la cancha.
- Método Hipotético –Deductivo: La metodología de trabajo de la Atención – Concentración incide en mejoramiento de los principios tácticos defensivos en los jugadores de fútbol de la categoría sub 18 del Club clan Juvenil.

- Modelación: Mediante los datos y resultados obtenidos proponer una metodología de trabajo basado en la Atención - Concentración.

Por otra parte, también se emplearán los siguientes métodos empíricos de investigación:

- La observación: Mediante la cual se conocerá el comportamiento del objeto de estudio mediante guías de observación y llegar a la realidad del mismo.
- La Medición: Lo que nos permitirá de manera numérica analizar el comportamiento del objeto de estudio frente a determinados estímulos.
- El Experimento: Mediante este método tendremos la posibilidad de dar una cierta homogeneidad al análisis para no cometer errores en la investigación.
- Así al obtener un resultado favorable de los beneficios del aumento en la Atención – Concentración esta metodología de trabajo nos ayudará a implementarla en la sesión de entrenamiento ya sea como parte del calentamiento, en la parte principal o en la parte final de la misma.

3.4. Recolección de la información

La recolección de datos e información se la realizó mediante los instrumentos elegidos para el mismo y así registrar y analizar los mismos.

Basándose en el cronograma se aplicaron los test respectivos para valorar el comportamiento antes y después del programa de intervención con trabajo de atención y concentración.

La información necesaria para la presente investigación se obtuvo de:

Fuentes

- Fuentes primarias: Datos obtenidos directamente de los deportistas.
- Fuentes secundarias: Libros, revistas científicas, etc.

3.5. Técnicas e instrumentos

- Test de rejilla.
- Test de Toulouse Pieron.
- Ficha de Observación en los partidos.

3.5.1. Test de Rejilla.

Este instrumento de evaluación es utilizado en el área de la psicología con el objetivo de evaluar los niveles de concentración de las personas en este caso de los deportistas y consiste en una ficha con números distribuidos de forma aleatoria desde el 00 al 99.

En este momento se da la orden al jugador que tache de forma secuencial una determinada serie en un determinado espacio de tiempo en el caso de los jugadores del Club Clan Juvenil se les dio la orden de tachar del 00 al 10 en un minuto. Posterior a este se puede analizar el número de acierto, los desaciertos y/o las omisiones. En el caso del presente estudio se analizará los aciertos.

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

Figura 1. Test de Rejilla

3.5.2. Test de Toulouse Pieron.

Este test es utilizado en el área de la psicología deportiva para evaluar las aptitudes perceptivas y atencionales de las personas y en este caso de los jugadores de la categoría sub 18 del Club Clan Juvenil. Se puede evaluar de forma individual o colectiva con varas personas al mismo tiempo es aplicable a partir de los 17 años de edad.

Se le presenta al evaluado un rejilla con tres tipos de símbolos, pero los deportista debieron encerrar en un círculo dos de ellos en un espacio de tiempo de 10 minutos, pudiendo analizarse los aciertos, los desaciertos y las omisiones para la presente investigación se analizaron exclusivamente los aciertos que tuvieron los deportistas.

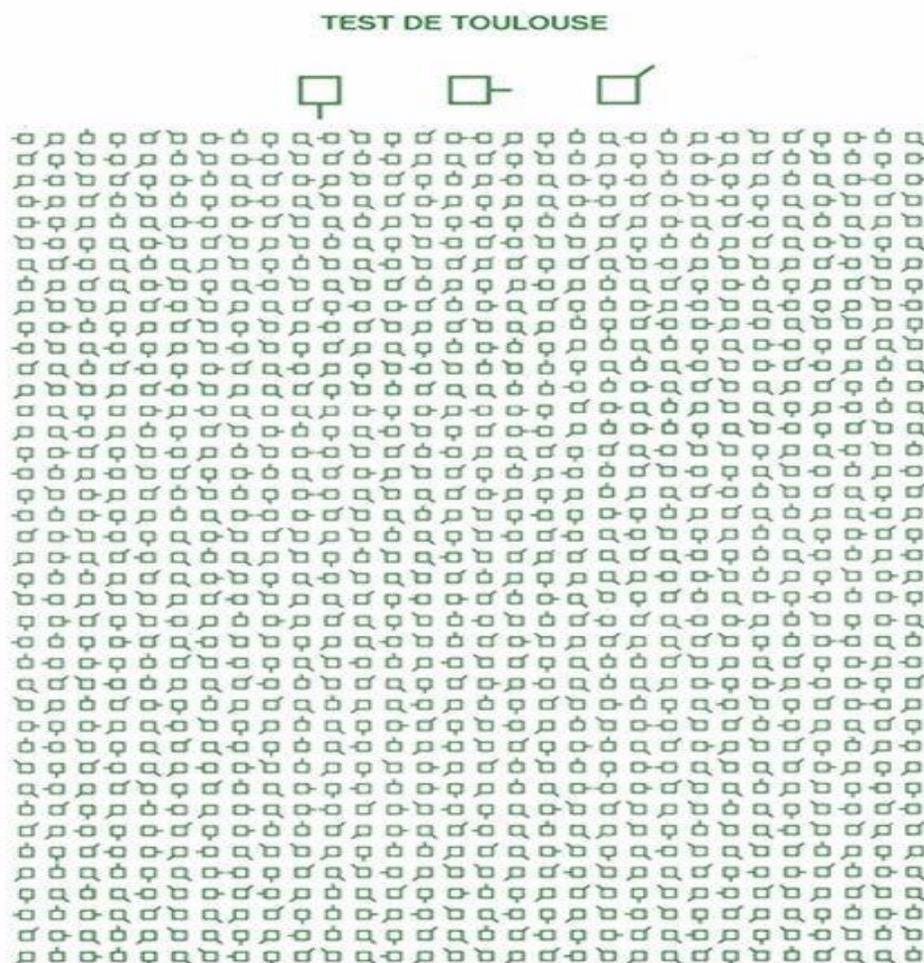


Figura 2. Test de Toulouse

3.6. Ficha de Observación de Principios Defensivos.

Con el fin de tener un instrumento que permita obtener datos sobre el rendimiento de los deportistas en cuanto a los principios defensivos dentro de la cancha como son el marcaje, la cobertura, el pressing, la permuta y el repliegue.

Se elaboró una ficha de observación misma que fue puesta a consideración de profesionales del fútbol del más alto nivel nacional e internacional misma que fue aprobada para su ejecución.

Los profesionales que aportaron en la construcción de la ficha y aprobaron las mismas fueron:

- Gonzalo Alcocer, entrenador de la selección sub 17 de Ecuador.
- Bladimir Ludeña entrenador de la categoría sub 12 del Club Universidad Católica
- Francisco Correa entrenador del equipo de primera del Club América de Quito.
- Gabriel Perrone entrenador del equipo de primera del club Guayaquil City
- Jean Carlo Ramos asistente técnico del equipo de primera del club Guayaquil City.
- David Sánchez preparador físico del equipo de primera Macará de la ciudad de Ambato.

La ficha está dividida en su primera parte datos informativos una segunda parte consta de dos canchas de fútbol la primera para registrar los aciertos y la otra para los desaciertos, las mismas están divididas en los tres sectores el defensivo, el de armaje y el ofensivo y a la vez en zona derecha, central e izquierda lo que nos da nueve sub sectores en los que se observa los aciertos y desaciertos de los jugadores en los cinco principios defensivos.

Para el presente estudio se analizó los aciertos de los cinco principios en la zona defensiva, de armaje y de definición o ataque en los quince primeros minutos, en los treinta minutos y en los últimos quince minutos del primero y segundo tiempo y de los dos partidos ante y después de la intervención.



FICHA DE OBSERVACIÓN DEL RENDIMIENTO DE LOS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL SISTEMATACTICO DEFENSIVO

CLUB:..... CATEGORÍA..... RIVAL:..... FECHA:..... LUGAR:.....
 SISTEMA DE JUEGO PROPIO:..... SISTEMA DE JUEGO RIVAL:..... MARCADOR:.....

CONCLUSIONES:.....

ZONAS SENCIBLES:			ZONA FUERTE:		
123456789 MARCAJE					
123456789 COBERTURA					
123456789 PERMUTA					
123456789 PRESION					
123456789 REPLIEGUE					
123456789 MARCAJE					
123456789 COBERTURA					
123456789 PERMUTA					
123456789 PRESION					
123456789 REPLIEGUE					
123456789 MARCAJE					
123456789 COBERTURA					
123456789 PERMUTA					
123456789 PRESION					
123456789 REPLIEGUE					

Figura 3. Ficha de observación

3.7. Tratamiento y análisis estadístico de los datos

Para el procesamiento y análisis de los datos se utilizó Microsoft Office Excel. Se aplicó procedimientos cuantitativo- cualitativo. Estos datos son reflejados en tablas y Figura s bajo el programa Excel determinando conclusiones y recomendaciones de la investigación realizada.

3.8. Tabla de Correlación de Pearson.

$r = 1$	correlación perfecta.
$0'8 < r < 1$	correlación muy alta
$0'6 < r < 0'8$	correlación alta
$0'4 < r < 0'6$	correlación moderada
$0'2 < r < 0'4$	correlación baja
$0 < r < 0'2$	correlación muy baja
$r = 0$	correlación nula

Figura 4. Correlación de Pearson

CAPITULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Análisis táctico en juego

Tabla 4.

Resultados positivos en $\frac{3}{4}$ partes de la cancha

PRINCIPIO TACTICO	Primer partido	Segundo Partido
MARCAJE	59,55	65,15
COBERTURA	60,42	67,71
PERMUTA	39,29	56,25
PRESIÒN	62,73	92,86
REPLIEGUE	51,43	55,00

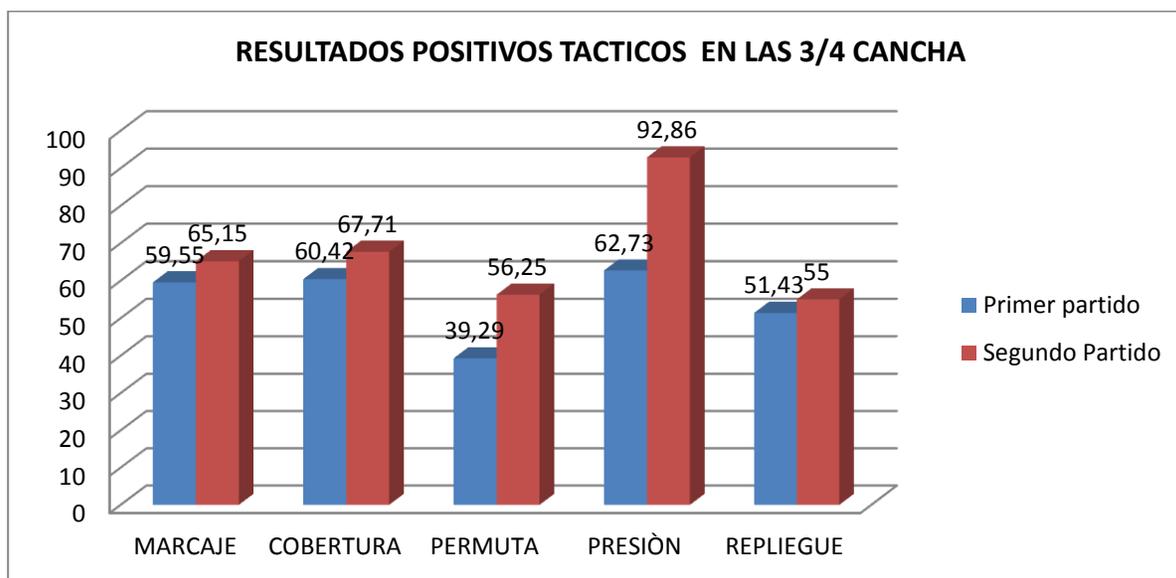


Figura 5. Resultados positivos en $\frac{3}{4}$ partes de la cancha

Se observa en los resultados tácticos de $\frac{3}{4}$ partes de la cancha en el principio táctico defensivo de marcaje un 5.6 % de mejora, mientras que en la cobertura una mejora de 7.29%, en la permuta encontramos 16.96% de mejora, en la presión una mejora del 30.113% y en el repliegue una mejora del 3.57% en relación de los partidos desarrollados y una vez aplicado la propuesta de mejora.

Tabla 5.
Análisis Descriptivos positivos en $\frac{3}{4}$ partes de la cancha

		Estadístico	Error estándar	
PRIMER PARTIDO	Media	54,6840	4,29466	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	42,7601	
		Límite superior	66,6079	
	Media recortada al 5%	55,0922		
	Mediana	59,5500		
	Desviación estándar	9,60314		
	Mínimo	39,29		
	Máximo	62,73		
	Rango	23,44		
SEGUNDO PARTIDO	Media	67,3940	6,82441	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	48,4464	
		Límite superior	86,3416	
	Media recortada al 5%	66,6678		
	Mediana	65,1500		
	Desviación estándar	15,25985		
	Mínimo	55,00		
	Máximo	92,86		
	Rango	37,86		

Medias

	PRIMER PARTIDO	SEGUNDO PARTIDO
Media	54,6840	67,3940
N	5	5
Desviación estándar	9,60314	15,25985

Análisis: en el test táctico se pudo observar que en el primer partido los valores positivos se obtuvieron una media de 54%, un valor máximo de 62%, un valor mínimo 39,29 %, con un rango de 23,44%. Para el segundo partido y luego de haber aplicado la propuesta alternativa de concentración se obtuvo una media de 67.39% mejorando en 12,71%.

Tabla 6.
Correlacione ¾ partes de cancha

Correlaciones

		PRIMER PARTIDO	SEGUNDO PARTIDO
PRIMER PARTIDO	Correlación de Pearson	1	0,695
	Sig. (bilateral)		,192
	N	5	5
SEGUNDO PARTIDO	Correlación de Pearson	0,695	1
	Sig. (bilateral)	,192	
	N	5	5
(0,695) 0'6 < r < 0'8 = correlación alta			

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	5	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	5	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Análisis de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,771	2
GRADO DE CONFIANZA 80%	

Resumen de prueba de hipótesis

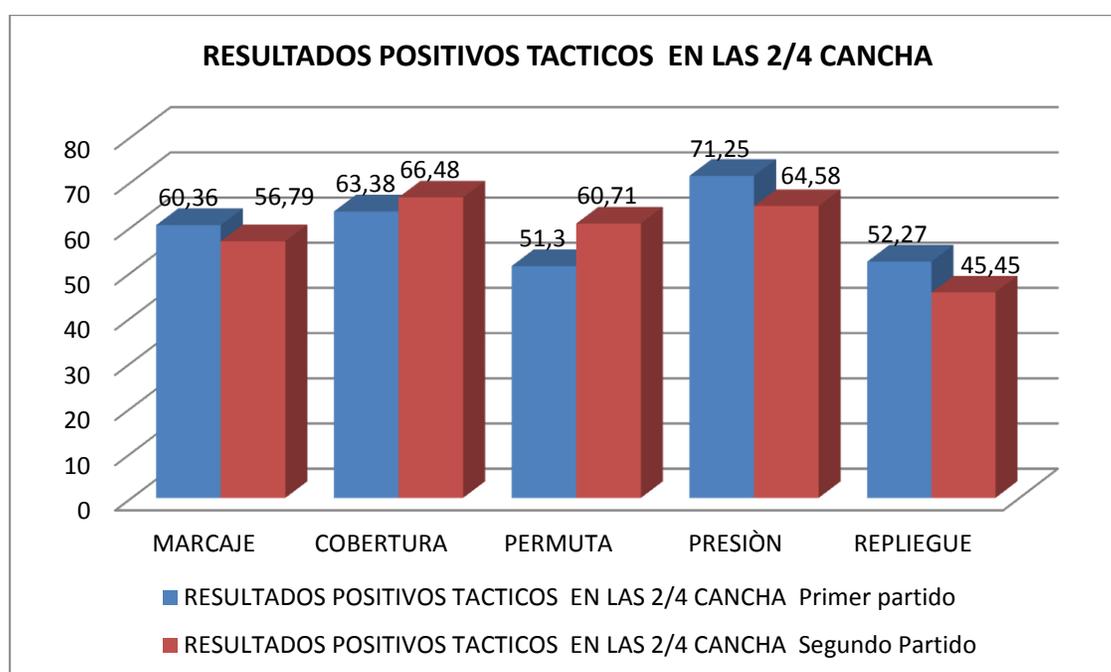
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRIMER PARTIDO y SEGUNDO PARTIDO es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	43,000	Rechazar la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de ,05.

Figura 6. Prueba de hipótesis primer vs segundo partido ¾ cancha

Tabla 7.*Resultados positivos tácticos en 2/4 partes de la cancha*

	Primer partido	Segundo Partido
MARCAJE	60,36	56,79
COBERTURA	63,38	66,48
PERMUTA	51,30	60,71
PRESIÒN	71,25	64,58
REPLIEGUE	52,27	45,45

**Figura 7.** Resultados positivos tácticos en 2/4 partes de la cancha

Se observa en los resultados tácticos de 2/4 partes de la cancha en el principio táctico defensivo de marcaje una disminución de 3.52%, mientras que en la cobertura una mejora de 3.1%, en la permuta encontramos 9.41% de mejora, en la presión una disminución del 6.67% y en el repliegue una disminución de 6.82% en relación de los partidos desarrollados y una vez aplicado la propuesta de mejora.

Tabla 8.
Análisis descriptivo resultados positivos 2/4 cancha

		Estadístico	Error estándar	
PRIMER PARTIDO	Media	59,7120	3,69557	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	49,4515	
		Límite superior	69,9725	
	Media recortada al 5%	59,5383		
	Mediana	60,3600		
	Varianza	68,286		
	Desviación estándar	8,26354		
	Mínimo	51,30		
	Máximo	71,25		
	Rango	19,95		
SEGUNDO PARTIDO	Media	58,8020	3,73029	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	48,4451	
		Límite superior	69,1589	
	Media recortada al 5%	59,1172		
	Mediana	60,7100		
	Varianza	69,575		
	Desviación estándar	8,34119		
	Mínimo	45,45		
	Máximo	66,48		
	Rango	21,03		

Medias

	PRIMER PARTIDO	SEGUNDO PARTIDO
Media	59,7120	58,8020
N	5	5
Desviación estándar	8,26354	8,34119

Análisis: en el test táctico se pudo observar que en el primer partido los valores positivos se obtuvieron una media de 59.71%, un valor máximo de 71,25%, un valor mínimo 51,30 %, con un rango de 19,95%. Para el segundo partido y luego de haber aplicado la propuesta alternativa de concentración se obtuvo una media de 58,80% mejorando en 0,91%.

Tabla 9.
Análisis Correlaciones 2/4 partes de la cancha

		PRIMER PARTIDO	SEGUNDO PARTIDO
PRIMER PARTIDO	Correlación de Pearson	1	0,641
	Sig. (bilateral)		,243
	N	5	5
SEGUNDO PARTIDO	Correlación de Pearson	0,641	1
	Sig. (bilateral)	,243	
	N	5	5
		(0,641)	$0'6 < r < 0'8 = \text{correlación alta}$

Análisis de Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,782	2
Grado de confianza del 80%	

Pruebas no paramétricas

Resumen de prueba de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRIMER PARTIDO y SEGUNDO PARTIDO es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	686,000	Retener la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de ,05.

Figura 8. Prueba de hipótesis primer vs segundo partido 2/4 de cancha

Tabla 9.
Resultados positivos en ¼ de cancha

	RESULTADOS POSITIVOS EN LAS 1/4 CANCHA	
	Primer partido	Segundo Partido
MARCAJE	56,74	62,38
COBERTURA	66,67	73,10
PERMUTA	67,50	69,08
PRESIÓN	69,19	67,50

REPLIEGUE

59,60

65,15

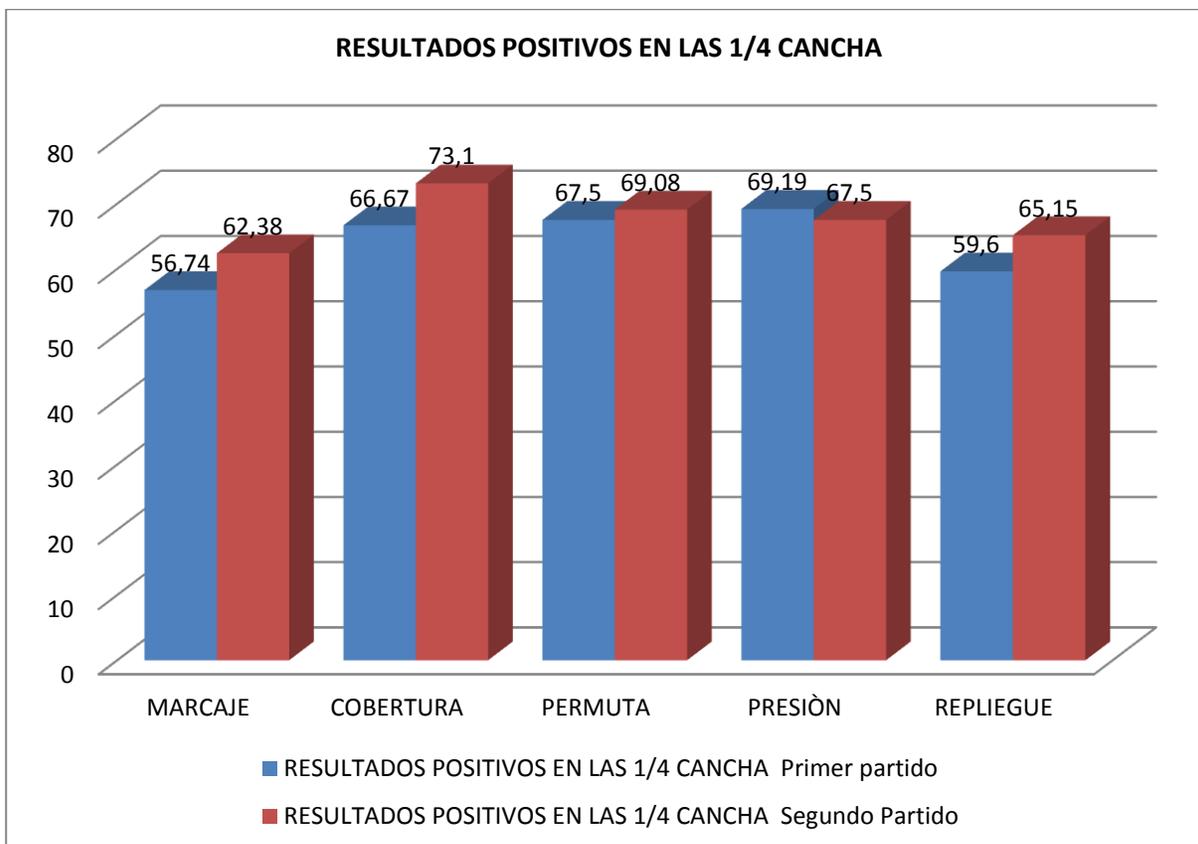


Figura 9. Resultados positivos tácticos en 2/4 partes de la cancha

Se observa en los resultados tácticos de 1/4 partes de la cancha en el principio táctico defensivo de marcaje una mejoría de 5.64%, mientras que en la cobertura una mejora de 6.43%, en la permuta encontramos 1.58% de mejora, en la presión una disminución del 1.69% y en el repliegue una mejoría de 5.55% en relación de los partidos desarrollados y una vez aplicado la propuesta de mejora.

Tabla 10.
Análisis descriptivo resultados positivos 1/4 cancha

			Estadístico	Error estándar
PRIMER PARTIDO	Media		63,9400	2,43274
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	57,1856	
		Límite superior	70,6944	
	Media recortada al 5%		64,0483	
	Mediana		66,6700	
	Varianza		29,591	
	Desviación estándar		5,43977	
	Mínimo		56,74	
	Máximo		69,19	
	Rango		12,45	
SEGUNDO PARTIDO	Media		67,4420	1,81075
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	62,4145	
		Límite superior	72,4695	
	Media recortada al 5%		67,4089	
	Mediana		67,5000	
	Varianza		16,394	
	Desviación estándar		4,04897	
	Mínimo		62,38	
	Máximo		73,10	
	Rango		10,72	

Medias

	PRIMER PARTIDO	SEGUNDO PARTIDO
Media	63,9400	67,4420
N	5	5
Desviación estándar	5,43977	4,04897

Análisis: en el test táctico se pudo observar que en el primer partido los valores positivos se obtuvieron una media de 63%, un valor máximo de 69%, un valor mínimo 56 %, con un rango de 12%. Para el segundo partido y luego de haber aplicado la

propuesta alternativa de concentración se obtuvo una media de 63% mejorando en 67%.

Tabla 11.
Análisis Correlaciones 1/4 partes de la cancha

		PRIMER PARTIDO	SEGUNDO PARTIDO
PRIMER PARTIDO	Correlación de Pearson	1	0,772
	Sig. (bilateral)		,126
	N	5	5
SEGUNDO PARTIDO	Correlación de Pearson	0,772	1
	Sig. (bilateral)	,126	
	N	5	5
(0,772) $0'6 < r < 0'8 = \text{correlación alta}$			

Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,850	2
Grado de confianza del 80%	

Pruebas no paramétricas

Resumen de prueba de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRIMER PARTIDO y SEGUNDO PARTIDO es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	138,000	Retener la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de ,05.

Figura 10. Prueba de hipótesis primer vs segundo partido 1/4 de cancha

4.2. Análisis psicológicos

Tabla 12.
Análisis de aciertos test rejilla
Resúmenes de casos^a

	PRETEST ACIERTOS	POSTEST ACIERTOS
1	10,00	11,00
2	10,00	11,00
3	11,00	11,00
4	9,00	11,00
5	11,00	11,00
6	11,00	11,00
7	11,00	11,00
8	10,00	11,00
9	10,00	10,00
10	11,00	11,00
11	11,00	11,00
12	8,00	10,00
13	6,00	8,00
14	8,00	10,00
15	10,00	11,00
16	10,00	10,00
17	10,00	11,00
18	9,00	11,00
Total	N	18

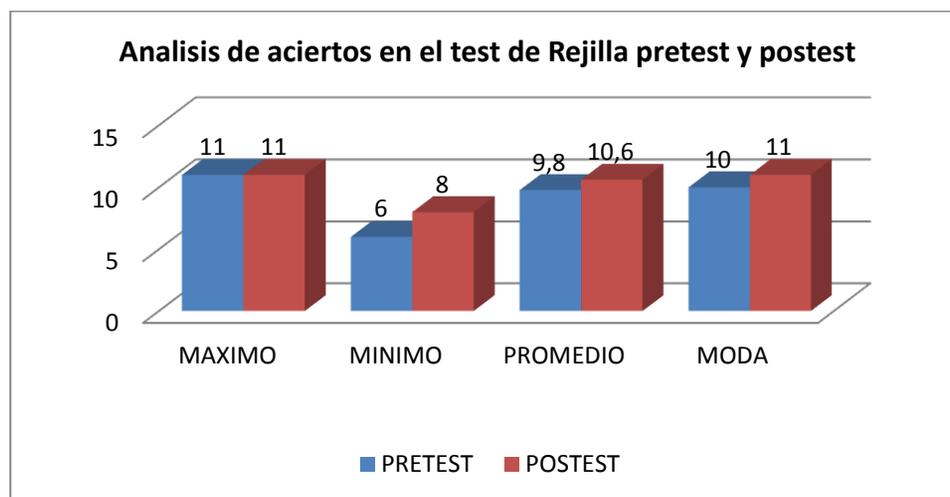


Figura 11. Aciertos test rejilla

Se observa en los resultados obtenidos de aciertos en los dos encuentros realizados una vez aplicados la propuesta de trabajo en la frecuencia de máximo una igualdad de

11 puntos, en mínimo una mejoría de 2 puntos, en promedio una mejoría de 0.8 puntos y en la moda una mejoría de 1 puntos favoreciendo los resultados.

Tabla 13.
Análisis descriptivo de aciertos test rejilla

			Estadístico	Error estándar
PRETEST ACIERTOS	Media		9,7778	,31886
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	9,1050	
		Límite superior	10,4505	
	Media recortada al 5%		9,9198	
	Mediana		10,0000	
	Varianza		1,830	
	Desviación estándar		1,35280	
	Mínimo		6,00	
	Máximo		11,00	
	Rango		5,00	
POSTEST ACIERTOS	Media		10,6111	,18327
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	10,2244	
		Límite superior	10,9978	
	Media recortada al 5%		10,7346	
	Mediana		11,0000	
	Varianza		,605	
	Desviación estándar		,77754	
	Mínimo		8,00	
	Máximo		11,00	
	Rango		3,00	

Medias

	PRETEST ACIERTOS	POSTEST ACIERTOS
Media	9,7778	10,6111
N	18	18
Desviación estándar	1,35280	,77754

Análisis: en el test táctico se pudo observar que en el primer partido los valores positivos se obtuvieron una media de 9.77 puntos, un valor máximo de 11 puntos, un valor mínimo 6 puntos, con un rango de 5 puntos. Para el segundo partido y luego de haber aplicado la propuesta alternativa de concentración se obtuvo una media de 10.61 puntos mejorando en 0.84 puntos.

Tabla 14.
Análisis Correlaciones del test de rejilla

		PRETEST ACIERTOS	POSTEST ACIERTOS
PRETEST ACIERTOS	Correlación de Pearson	1	0,808**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	18	18
POSTEST ACIERTOS	Correlación de Pearson	0,808**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	18	18
(0,808) 0,8 < r < 1 = correlación muy alta			

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,822	2
Grado de confianza del 80%	

Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
POSTEST ACIERTOS - PRETEST ACIERTOS	Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
	Rangos positivos	10 ^b	5,50	55,00
	Empates	8 ^c		
	Total	18		

Estadísticos de prueba^a

Z	-2,879 ^b
Sig. asintótica (bilateral)	,004

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó la existencia de diferentes significativas en relación a los resultados de los pretest aciertos con los posttest aciertos una vez desarrollado el trabajo de concentración para los principios tácticos de ($p=0,04$), considerando rangos negativos de 0, rangos positivos de 10 y empates 8

disminuyendo considerando resultados positivos en mayor porcentaje en los rangos positivos de 10 donde el programa tubo mejorías.

Tabla 15.
Análisis de omisiones test rejilla

	PRETEST OMISIONES	POSTEST OMISIONES
1	,00	,00
2	1,00	,00
3	,00	,00
4	2,00	,00
5	,00	,00
6	,00	,00
7	,00	,00
8	1,00	,00
9	1,00	1,00
10	,00	,00
11	,00	,00
12	3,00	1,00
13	5,00	3,00
14	2,00	,00
15	1,00	,00
16	1,00	1,00
17	1,00	,00
18	2,00	,00
Total	18	18

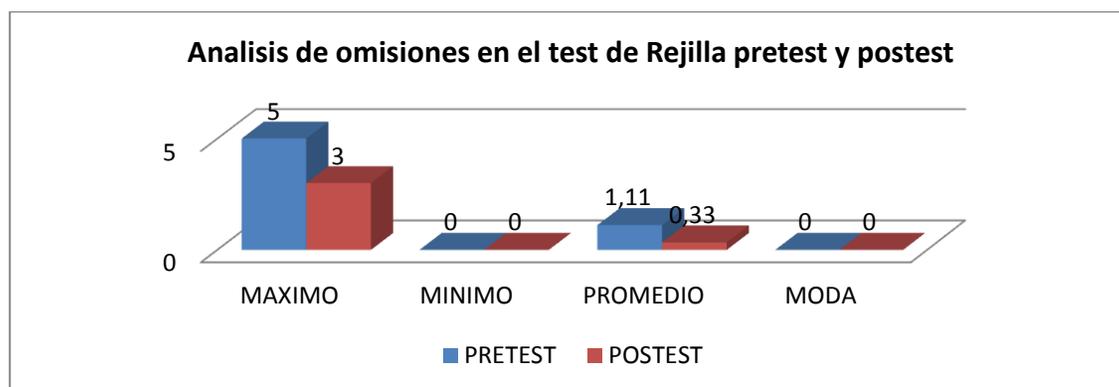


Figura 12. Omisiones test rejilla pretest y postest

Se observa en los resultados obtenidos en las omisiones de los dos encuentros realizados una vez aplicados la propuesta de trabajo en la frecuencia de máximo una disminución de 2 puntos, en mínimo una igualdad, en promedio una disminución de

0.78 puntos y en la moda una igualdad de 0 puntos favoreciendo los aciertos en las pruebas anteriores

Tabla 16.
Análisis descriptivo de aciertos test rejilla

		Estadístico	Error estándar	
PRETEST OMISIONES	Media	1,1111	,31195	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	,4530	
		Límite superior	1,7693	
	Media recortada al 5%	,9568		
	Mediana	1,0000		
	Varianza	1,752		
	Desviación estándar	1,32349		
	Mínimo	,00		
	Máximo	5,00		
	Rango	5,00		
POSTEST OMISIONES	Media	,3333	,18078	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	-,0481	
		Límite superior	,7147	
	Media recortada al 5%	,2037		
	Mediana	,0000		
	Varianza	,588		
	Desviación estándar	,76696		
	Mínimo	,00		
	Máximo	3,00		
	Rango	3,00		

Medias

	PRETEST OMISIONES	POSTEST OMISIONES
Media	1,1111	,3333
N	18	18
Desviación estándar	1,32349	,76696

Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,803	2
Grado de confiabilidad de 80%	

Análisis: en el test táctico se pudo observar que en el primer partido los valores positivos se obtuvieron una media de 1.11%, un valor máximo de 5%, un valor mínimo 0.0 %, con un rango de 5%. Para el segundo partido y luego de haber aplicado la

propuesta alternativa de concentración se obtuvo una media de 0.33% mejorando en 0.33%.

Tabla 17.
Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
POSTEST OMISIONES -	Rangos negativos	9 ^a	5,00	45,00
PRETEST OMISIONES	Rangos positivos	0 ^b	,00	,00
	Empates	9 ^c		
	Total	18		

Estadísticos de prueba^a

		POSTEST OMISIONES - PRETEST OMISIONES
Z		-2,739 ^b
Sig. asintótica (bilateral)		,006

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó la existencia de diferentes significativas en relación a los resultados de las pre test de omisiones con los pos test de omisiones una vez desarrollado el trabajo de concentración para los principios tácticos de ($p=0,06$), considerando rangos negativos de 9, rangos positivos de 0 y empates 9 lo que favorece a resultados de los aciertos evaluados anteriormente.

Tabla 18.
Análisis de aciertos del test Toulouse Pieron

		PRETEST ACIERTOS	POSTEST ACIERTOS
1		126,00	247,00
2		149,00	194,00
3		251,00	264,00
4		173,00	267,00
5		141,00	281,00
6		252,00	281,00
7		251,00	265,00
8		181,00	257,00
9		253,00	261,00
10		246,00	271,00
11		240,00	282,00
12		168,00	178,00
13		196,00	222,00
14		276,00	255,00
15		178,00	237,00
16		123,00	227,00
17		185,00	227,00
18		216,00	204,00
Total	N	18	18

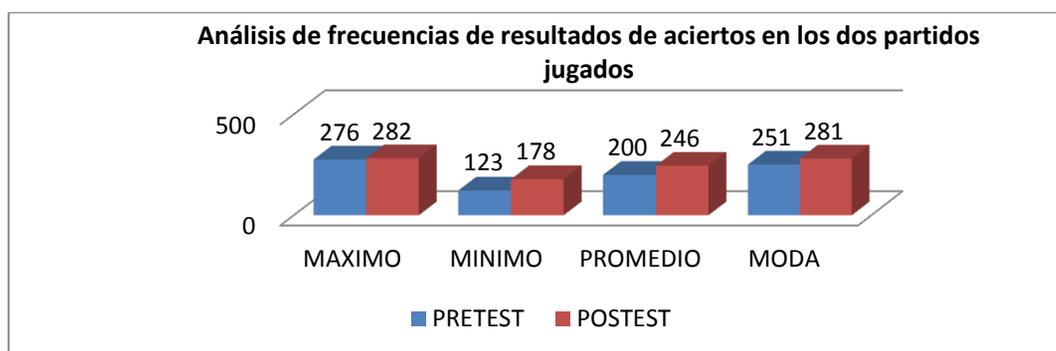


Figura 13. Análisis de aciertos del test Toulouse Pieron

Se observa en los resultados obtenidos de aciertos en los dos encuentros realizados una vez aplicados la propuesta de trabajo en la frecuencia de máximo una mejoría de 10 puntos, en mínimo una mejoría de 55 puntos, en promedio una mejoría significativa de 46 puntos y en la moda una mejoría de 30 puntos favoreciendo los resultados.

Tabla 19.
Análisis descriptivo del test Toulouse Pieron

		Estadístico	Error estándar	
PRETEST ACIERTOS	Media	200,2778	11,54525	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	175,9194	
		Límite superior	224,6361	
	Media recortada al 5%	200,3642		
	Mediana	190,5000		
	Varianza	2399,271		
	Desviación estándar	48,98236		
	Mínimo	123,00		
	Máximo	276,00		
	Rango	153,00		
POSTEST ACIERTOS	Media	245,5556	7,31916	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	230,1135	
		Límite superior	260,9976	
	Media recortada al 5%	247,2840		
	Mediana	256,0000		
	Varianza	964,261		
	Desviación estándar	31,05256		
	Mínimo	178,00		
	Máximo	282,00		
	Rango	104,00		

Medias

	PRETEST ACIERTOS	POSTEST ACIERTOS
Media	200,2778	245,5556
N	18	18
Desviación estándar	48,98236	31,05256

Análisis: en el test táctico se pudo observar que en el primer partido los valores positivos se obtuvieron una media de 54%, un valor máximo de 62%, un valor mínimo

39,29 %, con un rango de 23,44%. Para el segundo partido y luego de haber aplicado la propuesta alternativa de concentración se obtuvo una media de 67.39% mejorando en 12,71%.

Tabla 20.
Análisis Correlacional de acierto test de Toulouse Pieron

		PRETEST ACIERTOS	POSTEST ACIERTOS
PRETEST ACIERTOS	Correlación de Pearson	1	0,428
	Sig. (bilateral)		,077
	N	18	18
POSTEST ACIERTOS	Correlación de Pearson	0,428	1
	Sig. (bilateral)	,077	
	N	18	18

(0,428) $0'4 < r < 0'6 =$ correlación moderada

Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,558	2
Grado de confianza del 60%	

Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
POSTEST ACIERTOS -	Rangos negativos	2 ^a	4,50	9,00
PRETEST ACIERTOS	Rangos positivos	16 ^b	10,13	162,00
	Empates	0 ^c		
	Total	18		

Estadísticos de prueba^a

		POSTEST ACIERTOS - PRETEST ACIERTOS
Z		-3,332 ^b
Sig. asintótica (bilateral)		,001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó la existencia de diferencias significativas en relación a los resultados de las pre test de aciertos con los pos test de desaciertos una vez desarrollado el trabajo de concentración para los principios tácticos de ($p=0,01$), considerando rangos negativos de 2, rangos positivos de 16 y empates 0 lo que favorece a resultados de los aciertos evaluados anteriormente.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Se comprueba la Hipótesis de trabajo donde la propuesta desarrollada incide en el mejoramiento de la concentración para la aplicación de los principios tácticos del fútbol con un grado de significancia de 0,43. En las $\frac{3}{4}$ partes del campo de juego
- Mientras que en las $\frac{2}{4}$ partes de la cancha se mantiene la hipótesis nula con un grado de significancia de 0.138 por motivo de mejoramiento e incidencia significativa en las $\frac{3}{4}$ partes de la cancha.
- En las $\frac{1}{4}$ partes de la cancha se mantiene la hipótesis nula con un grado de significancia de 0,686 por motivo de mejoramiento e incidencia significativa en las anteriores áreas.
- Se comprobó que la Atención – Concentración influye en el adecuado funcionamiento de los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del club Clan Juvenil.

- La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó para resultados positivos en el test de Rejilla en la opción aciertos se determinó la existencia de diferencias significativas en relación a los resultados de ($p=0,04$)
- La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó para resultados en test de Toulouse Pieron en la opción aciertos se determinó la existencia de diferencias significativas de ($p=0,01$)

4.2. Recomendaciones

- Aplicar propuestas de índole psico-técnicas ya que tiene un grado de significancia en el proceso de resultados en competencia por lo resultados alcanzados en esta propuesta.
- Considerar las fases de desarrollo del futbol tanto $\frac{3}{4}$, $\frac{2}{4}$ o $\frac{1}{4}$ ya que en dependencia de estas se logra efectividad en el desenvolvimiento y tomar en consideración los medios para alcanzar niveles de atención y concentración para el desenvolvimiento futbolístico.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA DE ATENCIÓN –CONCENTRACIÓN.

Se ha planteado un sistema de trabajo para mejorar la atención y la concentración.

5.1. Introducción de la propuesta.

La presente propuesta de intervención con ejercicios que propicien la atención y la concentración está planteada no solo para los deportistas del fútbol se puede aplicar de manera idónea también en los demás deportes de conjunto y porque no en los individuales ya que este aspecto psicológico es fundamental en todos ellos.

Esta propuesta de ejercicios de atención y concentración se la realizó durante la parte inicial del calentamiento tomando en cuenta que el deportista en esta etapa debe predisponerse física y psicológicamente así pues debe procurarse tomar aspectos técnicos y físicos en esta intervención, se puede aplicar en cualquier momento del entreno como medio de relajación mental y física, pero es ideal hacerlo siempre al inicio pues el jugador está ávido de trabajo y con su mente y cuerpo aún sin cargas.

5.2. Datos Informativos

Título: La Atención – Concentración en los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del Club Clan Juvenil.

Dirección: Sangolquí –Pichincha - ecuador

Tiempo de duración: Seis semanas

Participantes: jugadores de la categoría sub 18 del Club Clan Juvenil.

Responsable: Lic. José Caicedo Merizalde.

5.3. Justificación

En el deporte en cualquier nivel que se trabaje ya sea formativo o el de alto rendimiento los resultados deportivos son un aspecto preponderante y en esto es de vital importancia la atención y la concentración pues de cómo se maneje este aspecto puede depender el resultado positivo o negativo y en el fútbol en particular este aspecto es determinante en las acciones defensivas porque de un error se puede ocasionar un gol rival en los principios defensivos en particular es de vital importancia la atención y la concentración.

Aspectos intrínsecos y extrínsecos al deportista pueden ser determinantes en la concentración tomando en cuenta que atención es el instante en que un estímulo llega y provoca atracción sensorial y que concentración es el mantenerse en el mismo por un prolongado tiempo diríamos que los factores internos al deportista como la motivación , el nivel de preparación , la personalidad y más y factores extrínsecos al deportista como el rival , el ambiente , el ruido y más son aspectos que no se puede cambiar pero el deportista debe estar preparado para que no lo afecten durante los juegos.

Al igual que los aspectos físicos, técnicos y tácticos, los psicológicos también requieren ser incluidos como parte de los entrenamientos.

Para esta investigación se realizó una encuesta a profesionales del futbol de nivel nacional e internacional en niveles infantiles, juveniles y profesionales y todos coinciden sobre lo determinante que es la atención y la concentración en el deporte en un momento decisivo del juego y que se vuelve decisivo para el resultado cuando el deportista está preparado en este aspecto, en base a esto se considera factible que se realice la investigación y se haga una propuesta de intervención en los entrenamientos.

Tendrá un gran impacto este trabajo ya que el futbol y el deporte en general es de suma importancia en la sociedad moderna.

5.4. Análisis de la realidad

En la presente investigación de la atención concentración en los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en el equipo de futbol sub 18 del Club Clan Juvenil se realizó un análisis estadístico comparativo de los resultados obtenidos antes y después de la intervención durante los partidos y en pruebas psicológicas mediante la recolección de datos de las variables de estudio mismos que fueron analizados en el sistema SPSS de estadísticas y porcentajes los que dieron el comportamiento de cada variable, dimensión o ítem de cada frecuencia de sus valores.

Además, se analizó los resultados de test psicológicos escritos de igual manera antes y después de la intervención de los cuales también se obtuvo cuadros estadísticos analizados en el sistema SPSS y de manera porcentual.

- Cabe recalcar que la investigación se dio para dar respuesta a los objetivos planteados, demostrando aciertos, relevancia y su relación con el marco teórico, respondiendo de esta manera a las hipótesis y a la definición de las variables que se definieron. Se trazaron juicios orientados a la codificación y tabulación de datos, técnicas de presentación y análisis porcentuales y estadísticos comparativos y más.

5.5. Objetivos

5.5.1 Objetivos generales de la propuesta

Comprobar que la Atención – Concentración influye en el adecuado funcionamiento de los principios fundamentales del sistema táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

5.5.2. Objetivos específicos

Evaluar los fundamentos defensivos del sistema táctico mediante una ficha de observación aplicada en la competencia lo que evidenciara sus transformaciones en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

Determinar que la aplicación de un sistema de entrenamiento basado en la atención concentración logra cambios en el futbolista en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

Diseñar, aplicar y evaluar una metodología de trabajo para mejoramiento de la Atención – Concentración en los principios fundamentales del Táctico defensivo en el equipo de fútbol sub 18 del club clan juvenil.

5.6. Metodología para ejecutar el programa

5.6.1. Metodología

En base a la encuesta realizada a los profesionales del deporte del fútbol se evidencia claramente que una de las dificultades que evidencian los errores defensivos en los principios del mismo es a causa de una débil atención y concentración y que redundan en los resultados deportivos

Así también la evaluación primaria mediante el test de rejilla y el de Toulouse Pieron realizada a los jugadores del club Clan Juvenil en la categoría sub 18 evidencia escaso nivel de atención y concentración.

Y que en la observación y recolección de datos durante el partido Clan Juvenil contra Fuerza Amarilla realizado el día 17 de junio del 2017 en la ciudad de Sangolquí se evidencia muchos errores en los principios tácticos defensivos. Por todo esto fue necesaria la intervención con un programa de ejercicios basados en la atención y concentración.

Este proyecto consta de las siguientes fases:

5.6.2. Fase No 1.

Diagnóstico: se constata que, en el Club Clan Juvenil, así como en los clubes en que han laborado los entrevistados jamás se ha implementado un programa planificado de intervención de ejercicios basados en la atención –concentración y que sus entrenadores coinciden que es de mucha importancia. Además, es importante basarse en los principios del entrenamiento deportivo como Individualidad: basándose que cada persona es un mundo y tiene sus propias necesidades e individualidades.

Variabilidad: que en las sesiones hay que evitar lo monótono.

Progresión: que se debe ir poco a poco incrementando la carga y la dificultad.

Super-compensación y recuperación: que después de alcanzar un estímulo un nivel superior es necesaria una recuperación.

Continuidad: que no es suficiente una sola sesión de este tipo de estímulos que esto debe ser constante.

Especificidad: que los trabajos deben ser realizados en relación a la necesidad física, técnica y táctica que se necesite por jugador y función dentro del terreno de juego.

Multilateralidad: que se debe enfocar el trabajo a varias capacidades y en varios enfoques.

Unidad funcional: Tomando en cuenta que el cuerpo es un todo.

Todo respetando las fases del calentamiento en el que debe existir una parte de movilidad general un trabajo específico con el instrumento y la respectiva flexibilidad y elasticidad.

Al darse la propuesta tanto los directivos del club encabezados por Juan Cevallos, el cuerpo técnico encabezado por el profesor Boris Tipán y el cuerpo de jugadores están dispuestos a colaborar y facilitar tanto instalaciones como material deportivo.

Que con el ánimo de no interferir en la organización de lo planificado por el entrenador se tomará de 15 a 20 minutos del parte inicial o entrada en calor y que se trabajará de martes a jueves tomando en cuenta que generalmente el lunes es el día de descanso de los jugadores y que el viernes es un día clave para preparar los detalles del partido del fin de semana.

Es importante que estas actividades sean enfocadas en un beneficio bio,sico y social para el jugador.

5.6.3. Fase No 2.

Propuesta de intervención en los estilos atencionales:

Taller Teórico de Inducción.

Atención Amplia externa: Es cuando el deportista centra la atención en varios focos de atención a la vez y sus diferentes variantes.

Objetivo es: Lograr que el jugador pueda reaccionar rápidamente a las situaciones cambiantes del juego.

Atención amplia interna: Se da cuando el deportista se interioriza y se enfoca en sus condiciones físicas y mentales.

Objetivo: Permitir que el jugador analice y planifique mentalmente las posibles situaciones a presentarse en el juego

Atención estrecha externa: El deportista focaliza su atención en estímulos concretos que se le presentan en su entorno.

Objetivo: Lograr que el jugador focalice en acciones concretas sin permitir que algo lo desvíe de la misma.

Atención estrecha interna: El deportista focaliza su atención sobre sí mismo.

Objetivo: Lograr que el deportista interiorice y analice acciones concretas de sí mismo.

Concentración Involuntaria: Es el tipo de atención que nace del interior del jugador en especial por su personalidad.

Objetivo: Conseguir que el deportista actúe de forma óptima y de forma intuitiva sin que le afecten sus estados de ánimo y situaciones personales.

Concentración Voluntaria: Es cuando el jugador adquiere conocimientos y se fija en ellos.

Objetivo: Conseguir que el deportista actúe y discrimine sus acciones enfocándose positivamente por sus experiencias previas.

Informar a los involucrados sobre el trabajo

Objetivo: Predisponer a las personas a las diferentes acciones y beneficios del trabajo.

Acciones Metodológicas

Entrenar con variación de estímulo: utilizar simulación de posibles distractores durante el juego.

Objetivo: Perfeccionar al jugador en como discriminar los focos de atención.

Introducción de juegos mentales con y sin balón de desarrollo del pensamiento.

Objetivo: Lograr que el deportista cumpla acciones variadas que necesitan dificultades diversas de razonamiento y toma de decisiones.

Juegos Coordinativos individual y colectivamente.

Objetivo: Permitir al jugador que pueda coordinar acciones propias y en conjunto de forma adecuada.

Juegos de velocidad de reacción: reaccionar rápidamente a un estímulo según orden dada

Objetivo: Lograr que el jugador discrimine estímulos y realice acciones con toma de decisiones rápidas

Tabla 21.
Planificación

Actividad	Acciones	tiempos
Taller Teórico del proyecto	Introducción teórica actividades planificadas durante el proyecto.	20 minutos
Variación de estímulos al entrenar	Entrenar con ruidos, al público, variación de materiales, diversas órdenes .	80 minutos

Juegos mentales con y sin balón	Utilizando desplazamientos, balones, materiales para desarrollar el Análisis, razonamiento lógico para desarrollar concentración la cognición de los jugadores. juegos táctica individual y colectiva	100 min
Juegos coordinativos individuales y colectivos		100 min
Juegos de velocidad de reacción	Juegos con órdenes diversas y acciones variadas	60 min

Al terminar estas intervenciones quedará una propuesta válida para que los entrenadores y preparadores físicos puedan utilizar en cualquier categoría ya sea infantil ,juvenil ,adultos en los niveles amateur y profesional lo que les permitirá intervenir en un aspecto importante como el psicológico de atención y concentración en cualquier etapa del entrenamiento general, pre-competitiva y competitiva y dependiendo del objetivo físico a lograr se puede trabajar con diferentes intensidades con objetivos físicos, técnicos y tácticos y durante cualquier momento de la sesión ya sea en la entrada en calor, parte principal o vuelta a la calma.

Esta propuesta de intervención también se podría utilizar en la parte educativa pues mejorar los niveles de atención y concentración podría ayudar en el aspecto académico.

Para la aplicación del proyecto, se dividirá en cuatro etapas:

5.6.4. Fase No. 3

Evaluación y Seguimiento

Durante las fases planteadas se realiza un seguimiento y evaluación constante en este se tiene la ayuda constante del cuerpo técnico el que apoya con el control constante de asistencia y cumplimiento sin que sea necesario la intervención directa del licenciado José Caicedo pues se respetará los espacios y acciones establecida por la disciplina del club.

En la Fase 1 se verifica y realiza seguimiento basados en los fundamentos teóricos del estudio planteado

Así también se realiza un convenio verbal con Juan Cevallos directivo del club el que se puede realizar las acciones de forma coordinada con el cuerpo técnico en los días martes, miércoles y jueves.

Se realiza constante evaluación a las acciones propias de la intervención y cumplimiento de las mismas en la que se nota mucha motivación de los jugadores, pero cierta dificultad en la realización de las mismas producto probablemente de un bajo nivel en el desarrollo coordinativo, motriz académico e intelectual.

Cabe anotar que es una forma importante de evaluar mediante los test realizados para el estudio que se realizaron antes y después de la intervención.

5.7. Cronograma de la propuesta

Propuesta de intervención de atención y concentración en el entreno.

Tabla 22.
Plan 1

Día	Actividad	Desarrollo	Tiempo
Lunes 12 junio	Taller de información	Inicio: Presentación personal y de objetivos	3 minutos
		Desarrollo: Explicación de las metas, de los test, de los aspectos teóricos y de los logros a alcanzar. Se expone la forma de trabaja y el cronograma de trabajo.	16 minutos
		Final: Despedida.	1 minuto
Martes 20 junio	Juego de atención auditiva	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Juego de conducción de balón libre con el sonido de PITO cambian de dirección hacia la derecha, se realiza este durante dos minutos luego se incluye la orden del APLAUSO en el que deben correr hacia un punto establecido, esto durante tres minutos, se incluye a la voz de AHORA deberán realizara control de balón.se trabaja 3 minutos y al final se incluye la voz de YA se deben acostar, todo a máxima velocidad.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Miércoles 21 junio	Juego cognitivo de reacción.	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Juego de reacción: se coloca a todos los jugadores en una línea y realizando skiping. Se lanza una operación matemática sencilla de suma y si la respuesta es par deben correr a la derecha, si es impar correrán hacia la izquierda. Para aumentar la dificultad se cambia de ejercicio de brincos en la línea y se lanzan operaciones de multiplicación luego si la respuesta es par deben correr a la derecha, si es impar correrán hacia la izquierda.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto

Tabla 23.
Plan 2

Jueves 22 junio	Imitando	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Los jugadores se sentarán sobre el círculo central de la cancha y cada uno representa una hora específica en el reloj, el entrenador dará en voz alta una hora y los dos jugadores inmersos en esta deben intercambiar sus lugares, cuando la hora da que la hora concede en el mismo lugar hora y minutos todos deben cambiar de lugar. Las variantes se dan con los cambios incluyendo conducción y dominio de balón. Final: Ejercicios de elasticidad.	12 minutos 3 minuto
Martes 27 de junio	El Reloj intenso	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se da la misma situación que el anterior, pero en este se mete cargas físicas de fuerza velocidad, resistencia Los jugadores se sentarán sobre el círculo central de la cancha y cada uno representa una hora específica en el reloj, el entrenador dará en voz alta una hora y los dos jugadores inmersos en esta deben intercambiar sus lugares, cuando la hora da que la hora concede en el mismo lugar hora y minutos todos deben cambiar de lugar. Final: Ejercicios de elasticidad.	12 minutos 3 minuto
Miércoles 28 de junio	El Reloj intenso	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: En esta actividad se pone a los jugadores por parejas en la cual existe un número 1 y un número 2, se desplazan frente a frente por todo el campo, el entrenador dispondrá que número sigue al otro y se realizan gestos técnicos. Se puede variar cambios de parejas al sonido del pito o cambio de dirección a la orden de YA. Final: Ejercicios de elasticidad.	12 minutos 3 minuto
Jueves 29 de junio	Los Cambios	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se escogerá parejas en esto se deben fijar uno en el otro de tal manera que mientras uno de ellos cumple una tarea físico – técnica el otro debe modificar algún aspecto de su imagen para lo que su compañero debe identificar cual fue. Las variantes están en las acciones que debe cumplir el compañero que realiza el trabajo. Final: Ejercicios de elasticidad.	12 minutos 3 minuto

Tabla 24.
Plan 3

Jueves 29 de junio	Los Cambios	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se escogerá parejas en esto se deben fijar uno en el otro de tal manera que mientras uno de ellos cumple una tarea físico – técnica el otro debe modificar algún aspecto de su imagen para lo que su compañero debe identificar cual fue. Las variantes están en las acciones que debe cumplir el compañero que realiza el trabajo.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Martes 04 de julio	Uno más	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Colocamos cuatro jugadores ubicados en un cuadrado el jugador uno realizará una acción y recorrerá a entregar el balón al número dos este realizará la misma acción del uno y le añadirá otra más entregando el balón al tres y este realiza las acciones de los dos primeros más una nueva entregando el balón al cuatro este añade una cuarta acción y entrega al uno y vuelve el ciclo añadiendo acciones cada vez. La dificultad está dada por la acumulación de acciones.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Miércoles 5 de julio	La Estatua	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Todos los jugadores agrupados en un sector y tendrán que avanzar hacia otro todo esto sin que el entrenador los vea, este avanzará dando la espalda a sus jugadores mismos que cuando el entrenador se vuelva se quedarán estatuas. El jugador que es captado moviéndose será sancionado Las variante serán con balón controlado y por equipos.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Jueves 6 de julio	Cuadrado y rombo	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: se trabajó con ocho jugadores por grupo y cuatro balones se forma un cuadrado de 10 mts por lado e interiormente un robo de 5 mts. Se realiza el pase del jugador que se encuentra en cada vértice de las dos figuras a la señal visual que emite el entrenador los jugadores externos se cambian de lugar y si la señal es auditiva se cambiarán los jugadores internos. Variantes :se incrementaran señales visuales y auditivas para cambiarse por el lado contrario se incrementará también trabajos físicos	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto

Tabla 25.
Plan 4

Martes 11 de julio	Rectángulo y pase	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: se trabajará con ocho jugadores y se formara un rectángulo de 20 mts de largo por 10 mts de ancho los jugadores, 4 se ubicarán en los ángulos del rectángulo y 4 se ubicarán a 8 mts de sus compañeros. Así con señales diferentes del entrenador los jugadores se cambiarán de lugar los externo y los interno luego de hacer un pase. Variantes los cambios serán entre interno o entre externo se puede incluir trabajo físico	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Miércoles 12 de julio	Desplazamientos coordinado	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se formará un cuadrado de 15 mts de lado y cinco jugadores por esquina, se usará 5 balones de tres colores diferentes se realiza un pase y se mueve según el color de balón que se reciba, si es rojo a la derecha si es azul a la izquierda y si es negro se moverá en diagonal. Variantes: Se incrementará el número de balones y se incrementa acciones físicas.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Jueves 13 de julio	Cuadrado en cuadrado	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se trabajará con ocho jugadores y cuatro balones, formarán un cuadrado de 15 mts por lado he internamente un cuadrado de 5 mts por lado en cada esquina se posará un jugador y pasará la bola a los jugadores externos a la señal auditiva o visual el jugador cambia de persona al pase. Variantes: se cambiará de lugares internamente o con los externos	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Martes 18 de julio	Balón al aire	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: se colocará de diez a quince jugadores en el círculo central de la cancha con un número similar de balones, al entrenador pitar una vez se soltará el balón a la derecha y al pitar dos veces el balón a la izquierda. Variantes: Al pitar largo se cambiaran al lugar del frente, y al aplaudir los balones rojos correrán en círculo hasta llegar a su propio sitio.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto

Tabla 26.
Plan 5

Martes 24 de julio	El Torito atento	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se ubican un grupo de doce jugadores con un balón en el tradicional torito, pero si algún jugador en lugar de pasar la bola a un toque la retiene los compañeros que están a su lado deben sentarse el último en hacerlo pagaran una rutina física. Variantes: se realizará varias acciones como correr hacia un punto y regresar , saltar , hacer escalera y más dependiendo si se para la bola con el pie derecho, izquierdo o se pasa con uno de los dos pies.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Miércoles 25 de julio	La guaraca	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: Se ubicarán un grupo de quince jugadores en el círculo central de la cancha con un balón, realizaran el popular torito mientras dos jugadores corren por fuera del círculo, al sentir el contacto del jugador externo debe perseguir a su compañero y llegar antes al lugar dejado vacío. Variantes: Se puede incluir marca dentro del círculo y otro balón.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto
Jueves 26 de julio	Concentración Total	Inicio: Flexibilidad general , estática y movilidad articular	5 minutos
		Desarrollo: se formará un cuadrado externo de 10 mts por lado y un interno de 4 mts por lado en cada esquina habrá un jugador que debe pasar la bola a su compañero del cuadrado interno o externo del mismo lado. Variantes: Se cambian de esquina dependiendo del color del balón, del pie con que le pase o de las órdenes del entrenador.	12 minutos
		Final: Ejercicios de elasticidad.	3 minuto

Tabla 27.
Plan 6

	Día	Actividad	Desarrollo	Tiempo
PRE TEST	06 de Junio 2017	Test de Toulous e Pieron	Actividad Inicial: Explicación teórica del test	3 minutos
			Desarrollo: Consiste en realizar el test en el que el deportista tiene que encontrar y encerrar las figuras asignadas en el formato de la ficha.	10 minutos
	06 de Junio 2017	Test de Rejilla	Actividad Inicial: Explicación teórica del test	3 minutos
			Desarrollo: Consiste en realizar el test en el que el deportista tiene que encontrar y encerrar una secuencia numérica de diez números en el formato de la ficha.	10 minutos
	17 de Junio 2017	Partido Clan juvenil vs Fuerza Amarilla	Actividad Inicial: Explicación teórica del test	3 minutos
			Desarrollo: Los jugadores desarrollarán el encuentro de forma habitual mientras con la ficha de observación se registra los datos a evaluar.	90 minutos
POST TEST.	29 de Julio 2017	Partido Clan juvenil vs Fuerza Amarilla	Actividad Inicial: Explicación teórica del test	3 minutos
			Desarrollo: Los jugadores desarrollarán el encuentro de forma habitual mientras con la ficha de observación se registra los datos a evaluar.	90 minutos
	02 de agosto 2017	Test de Toulou se Pieron	Actividad Inicial: Explicación teórica del test	3 minutos
			Desarrollo: Consiste en realizar el test en el que el deportista tiene que encontrar y encerrar las figuras asignadas en el formato de la ficha.	10 minutos
	02 de agosto 2017	Test de Rejilla	Actividad Inicial: Explicación teórica del test	3 minutos
			Desarrollo: Consiste en realizar el test en el que el deportista tiene que encontrar y encerrar una secuencia numérica de diez números en el formato de la ficha.	10 minutos

BIBLIOGRAFIA

Campuzano López, S. (Abril de 2014). *EFDeportes.com*. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd191/entrenamiento-en-el-ambito-deportivo.htm>

González Badillo, J. J., & Gorostiaga, E. (1995). *Fundamentos del entrenamiento de la fuerza*. Barcelona: INDE.

Abernethy. (2001).

ALVAREZ, M. (s.f.). *FUTBOL TACTICO. obtenido de el pressing en el futbol no es una aventura en solitario*.

American College of Sports Medicine. (2000). *Manual de consulta para el control y la prescripción del ejercicio*. Barcelona: Paidotribo.

Añon, P. (22 de febrero de 2017). *Táctica del fútbol*. Berlin: Deportes. Obtenido de <https://g-se.com/entrenamiento-de-la-fuerza-orientado-a-actividades-deportivas>

Badillo Gonsales, J. J., & Rivas Serna, J. (2002). *Desarrollo de las distintas manifestaciones de fuerza y potencia. En Bases de la programación del entrenamiento de fuerza*. Barcelona: INDE.

Baechele, T. R., & Earle, R. W. (2007). *Principios del entrenamiento de la fuerza y del acondicionamiento físico*. Buenos Aires: Panamericana.

Bassett, D. R., & Howley, E. T. (2000). <https://g-se.com>. Obtenido de <https://g-se.com/factores-limitantes-del-maximo-consumo-de-oxigeno-y-determinantes-del-rendimiento-de-resistencia-281-sa-057cfb2712357b>

Beraldo, S., & Polletti, C. (2000). *La preparación física total*. Barcelona: Hispano.

Blázquez Sánchez, D. (2006). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: INDE.

Bompa, T. O. (s.f.). *Periodización de la Fuerza, La nueva Onda en el Entrenamiento de la Fuerza*. Barcelona: Superentrenamiento.com.

Bosco, C. (2000). *La fuerza muscular*. Barcelona: INDE.

Boutcher. (1992).

Boutcher. (1992).

Boutcher y Zinsser. (1990).

Brown, L. E., National Strength , & Conditioning Association. (2008). *Entrenamiento de la Fuerza*. Buenos Aires: Medica Panamericana.

Cometti, G. (1998). *Los métodos modernos de musculación*. Barcelona: Paidotribo. Barcelona: Paidotribo.

Costill, D. L. (1968). *Lo que las investigaciones dicen a los entrenadores sobre las carreras de fondo*. Washington.

Coyle, E. F. (2013). Regulacion Fisiologica del Rendimiento en el Maratón. <https://g-se.com>.

Dosil. (2004). 177.

Dosil. (2004).

Educación, M. d. (2015). *Currículo de Educación Física Escolar*. Quito.

Ehlenz, H., Grosser, M., & Zimmermann, E. (1990). *Entrenamiento de fuerza*. Barcelona: Martinez roca.

Farrell, P. A., Wilmore, J. H., & Coyle , E. F. (1979). *Plasma lactate accumulation and distance running performance*. Med Sci Sports.

Forteza de la Rosa, A. (1997). *Entrenar Para Ganar*. España: Pila Teleña.

Garatachea Vallejo, N. (2002). *Monitorización de la frecuencia cardíaca para la cuantificación de los requerimientos energéticos de la actividad física*. .

Garcia Manso, J. M. (1998). *La velocidad*. Madrid: Gymnos.

Garcia Manso, J. M., Navarro Valdivieso, M., Ruiz Caballero, J. A., & Acero. (1998). *Bases Teóricas del Entrenamiento Deportivo*. Barcelona: Paidotribo.

Garcia Romero, F. (1992). *Los Juegos Olímpicos y el deporte en Grecia*. Sabadell: AUSA.

Gonzales Badillo, J. J., & Ribas Serna, J. (2002). *BASES DE LA PROGRAMACION DEL ENTRENAMIENTO DE FUERZA*. Barcelona: Inde.

Grehainer. (2001).

Grosser. (1989). *Manual de Alto Rendimiento Deportivo*. Martinez Roca.

Guellen, P. (2014). *El fútbol moderno*. Barcelona: Gers.

Gueller, P. (1994). *Fútbol y Juego*. Barcelona: Selein.

Hatfiel, L. (1984).

IAAF. (2018). *IAAF WORLD RECORDS*. Obtenido de <https://www.iaaf.org/records/by-category/world-records>

Jones, A. M., & Carter, H. (2000). The effect of endurance training on parameters of aerobic fitness. *Sports. Med.*

Joyner, M. (1991). *Modeling optimal marathon performance on the basis of physiological factors*. J Appl Physiol.

Landers. (1980).

Leontiev, S. (1974). La Atención.

Lnders. (1981).

LOPEZ, J. (2003). En L. JAVIER, *MODELOS TACTICOS Y SISTEMAS DE JUEGO*. WANCEULEN.

Lopez, J. R. (2012). *Historia del Deporte* (Segunda Edicion ed.). Barcelona: INDE.

LUQUE, F. (16 de MAYO de 2013). *FUTBOL EN POSITIVO*. Obtenido de <https://futbolenpositivo.com/cobertura-defensiva/>

Morales del Moral, A. (2003). *Morales del Moral, A. Guzmán Ordóñez, M. Diccionario de la educación física y los deportes*. Colombia: Gil Editores.

Nideffer. (1976). *The inner athlete*.

Nideffer. (1976).

Ortiz , R. (2004). *Tenis : Potencia, velocidad y movilidad*. INDE.

- Piñeiro M, R. (2006). *La resistencia y el sistema cardiorrespiratorio en la educación física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Piñeiro Mosquera, R. (2006). *En el libro La resistencia y el sistema cardiorrespiratorio en la educación física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.
- Piñeiro Mosquera, R. (2006). *La resistencia y el sistema cardiorrespiratorio en la educación física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Platonov, V. N., & Bulatova, M. (2006). *La Preparación Física*. Barcelona: Paidotribo.
- Pons, G. (1994).
- Pons, G. (1994). *Fútbol y juego*. Barcelona: Unceo.
- Randrup, M. (2008). *Sistemas Tácticos en el fútbol*.
- Reib, M. (1992). *Allenamiento ed aumento della capacità di resistenza alla forza*. *Rivista di Cultura Sportiva*, 42-49.
- Román Suárez, I. (2004). *Giga Fuerza*. La Habana: Deportes.
- Romero Frómeta, E. (1998). *Metodología de Educacion de las Capacidades Motoras con medios del Atletismo*. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo, Habana.
- Romero Frómeta, E. (2017). *La fuerza como dirección determinante*. Sangolqui, Pichincha, Ecuador: ESPE.
- Rosa Guillamon, A. (2013). *Metodologia de entrenamiento de la fuerza*. *EFDeportes.com*.
- Rubinstein. (1963). *La Atención*.
- Rudik. (1974). *La Atención*.
- Sanchez, A. (24 de agosto de 2014). *Acciones Tácticas del Fútbol y su entrenamiento*. Obtenido de www.tacticasdelfutbol.com.
- Siff, M. C., & Verkhoshansky, Y. (2004). *Superentrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- VARELA, J. (30 de MAYO de 2011). Obtenido de <http://www.futbolfacilissimo.com>.
- Vega, D. (1994). *Introducción a la psicología cognitiva*.

Verkhoshanky, Y. (2002). *Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Barcelona: Paidotribo.

Wang y Landers. (1988).

Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Barcelona: Paidotribo.

Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Barcelona: Paidotribo.

Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2007). *Fisiología del Esfuerzo y del Deporte*. Barcelona: Paidotribo.