



ESPE
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
CARRERA DE LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO
DE LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
DEPORTES Y RECREACIÓN

TEMA: LOS EJERCICIOS EN ESPACIO REDUCIDO EN EL
APRENDIZAJE DE LOS ELEMENTOS TÉCNICOS DE FUTBOL EN LA
CATEGORÍA SUB 12 DEL CLUB SOCIEDAD DEPORTIVA AUCAS

AUTOR: CAMILO ANDRÉS, BENAVIDES SUÁREZ

DIRECTOR: MSC. CERÓN RAMÍREZ, JUAN CARLOS

SANGOLQUÍ

2019

CERTIFICADO DEL DIRECTOR

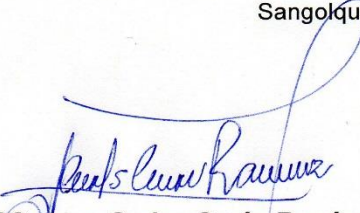


DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

CERTIFICACIÓN

Certifico que el trabajo de titulación: **“LOS EJERCICIOS EN ESPACIO REDUCIDO EN EL APRENDIZAJE DE LOS ELEMENTOS TÉCNICOS DE FUTBOL EN LA CATEGORÍA SUB 12 DEL CLUB SOCIEDAD DEPORTIVA AUCAS”** fue realizado por el señor, **Benavides Suárez, Camilo Andrés**, 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, 21 de Agosto del 2019


MSC. Juan Carlos Cerón Ramírez

C.C. 0702854415

AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE
Y RECREACIÓN**

AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Benavides Suárez, Camilo Andrés**, declaro que el contenido, ideas y criterios del trabajo de titulación: ***Los ejercicios en espacio reducido en el aprendizaje de los elementos técnicos de fútbol en la categoría sub 12 del club sociedad deportiva Aucas*** es de mi autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas.

Consecuentemente el contenido de la investigación mencionada es veraz.

Sangolquí, 21 de Agosto del 2019

Benavides Suárez Camilo Andrés

C.C. 1714971379

AUTORIZACIÓN



DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE
Y RECREACIÓN

AUTORIZACIÓN

Yo, **Benavides Suárez, Camilo Andrés**, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de titulación: **Los ejercicios en espacio reducido en el aprendizaje de los elementos técnicos de fútbol en la categoría sub 12 del club sociedad deportiva Aucas** en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi responsabilidad.

Sangolquí, 21 de Agosto del 2019

Benavides Suárez Camilo Andrés

C.C. 1714971379

DEDICATORIA

Dedico este proyecto de investigación principalmente a Dios, a mi madre Raquel , mi padre Vinicio y mi hermano Adrián, quienes fueron pilar fundamental durante toda mi vida estudiantil y en el desarrollo de este proyecto, la paciencia, la comprensión y el amor, generaron mayor motivación para conseguir el objetivo de terminar mi carrera de la mejor forma.

Se la dedico aquellas personas que formaron parte en mi carrera como compañeros, pero principalmente a todos los chicos de las distintas categorías con los que he venido trabajando aproximadamente 4 años, ya que ellos han ayudado a que cada día me supere, con el objetivo de conseguir niños que tengan un aprendizaje significativo y un desarrollo integral, no solo futbolístico.

Además aquellos docentes que formaron parte de mi desarrollo, no solo como profesional sino como persona, brindándome una amistad, siendo un apoyo para culminar mi proyecto y por ende mi carrera.

BENAVIDES SUÁREZ, CAMILO ANDRÉS

AGRADECIMIENTO

A todos aquellos que fueron pilar fundamental durante mi carrera, como mis padres y hermano, quienes con su apoyo hicieron mucho más sencillo este proceso de formación, a Dios quien me dio la oportunidad de estudiar y alcanzar el objetivo de finalizar mi carrera, generando nuevos objetivos con más complejidad.

Agradezco a Belén, quien fue una persona fundamental durante mi elección de carrera motivándome a seguir algo acorde con mis sueños y metas a largo plazo, por su apoyo, y comprensión incondicional durante mucho tiempo en vida estudiantil, a quienes me dieron la oportunidad de crecer como formador de futbol y al club que me permitió reflejar mis conocimientos y a cada día superarme.

A mis docentes que no solo cumplieron con impartir conocimientos, sino, que generaron un deseo de crecer como profesional y persona, a la Universidad de las Fuerzas Armadas “ESPE” que proporciono varios recuerdos que muy difícilmente serán olvidados, y bríndame conocimientos únicos.

A mis amigos que hicieron mucho más ameno este proceso, a su apoyo dentro y fuera de la universidad.

BENAVIDES SUÁREZ, CAMILO ANDRÉS

INDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICADO DEL DIRECTOR	i
AUTORIZACIÓN	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
INDICE DE CONTENIDOS.....	vi
INDICE DE TABLAS	x
INDICE DE FIGURAS	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT	xiii
CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Causas del problema, consecuencias	4
1.2.1 Causas	4
1.2.2 Efectos.....	5
1.3. Delimitación del problema	5
1.4. Formulación del problema	6
1.5. Objetivos.....	6
1.5.1 Objetivo general	6
1.5.2 Objetivos específicos.....	6
1.6. Justificación	7
1.7. Formulación de la hipótesis	9
1.7.1 Hipótesis de trabajo	9
1.7.2 Hipótesis nula	9
1.8. Variables de la investigación	9

1.8.1 Variable independiente	9
1.8.2 Variable dependiente.....	9
1.9. Operacionalización de las variables	10
CAPITULO II MARCO TEÓRICO	12
2.1. Jugador en vías de formación	12
2.1.1 La iniciación deportiva en el futbol.....	13
2.1.2 Ontogénesis motora	15
2.1.2.1 Primera trasfiguración.....	16
2.1.2.2 Segunda edad escolar.....	16
2.1.3 Segunda trasfiguración.....	17
2.1.4 Fases sensibles.....	18
2.1.5 Aprendizaje motor	21
2.1.6 Formador- educador.....	22
2.2. La Técnica	24
2.2.1 La técnica en el futbol.....	25
2.2.2 Fundamentos técnicos.....	27
2.2.3 El pase.....	28
2.2.3.1Tipos de pases	30
2.2.3.2. Recomendaciones técnicas del fundamento	31
2.2.4 La conducción	33
2.2.4.1. Tipos de conducción.....	34
2.2.4.2. Recomendaciones técnicas del fundamento	35
2.2.5 El control de balón	36
2.2.5.1. Control orientado	37

2.2.5.2. Tipos de controles	38
2.2.5.3. Recomendaciones técnicas del fundamento	39
2.3. Métodos de enseñanza de la técnica	40
2.3.1 Método analítico	41
2.3.2 Método global	42
2.3.3 Periodización táctica.....	43
2.3.4 Método Coever	45
2.3.5 Microciclo estructurado.....	46
2.4. Ejercicios en espacio reducido	48
2.4.1 Fútbol como juego colectivo	48
2.4.2 Espacio reducido	50
2.4.3 Ventajas de la utilización de ejercicios en espacio reducido	52
2.4.4 Variables en los juegos en espacio reducido.....	55
2.4.4.1. Dimensiones	56
2.4.4.2. Números de jugadores	58
2.4.4.3. Manipulación de reglas.....	60
2.4.4.4. Porterías	60
CAPITULO III METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	62
3.1. Tipo de investigación	62
3.2. Población y muestra	63
3.2.1 Población.....	63
3.2.2 Muestra.....	63
3.3. Instrumentos de investigación.	63
3.3.1 Variable independiente (Test aplicados).....	63

3.3.1.1 Test de pase	64
3.3.1.2. Test de conducción.....	65
3.3.1.3. Test de control (recepción)	67
3.3.2 Variable dependiente (plan de ejercicios en espacio reducido).....	69
3.3.3 Sesiones de entrenamiento	69
CAPITULO IV	72
4.1. Análisis de los resultados del pre test	72
4.2. Análisis de los resultados de pre test y post test	77
4.3. Análisis de los resultados con la prueba de signos de Wilcoxon.....	85
CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	89
5.1. Conclusiones	89
5.2. Recomendaciones	90
BIBLIOGRAFÍA.....	91

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Operacionalización de las variables</i>	10
Tabla 2 <i>Etapas en el futbol</i>	14
Tabla 3 <i>Capacidades físicas según ontogénesis motora</i>	15
Tabla 4 <i>Segunda Edad Escolar</i>	16
Tabla 5 <i>Superficies de contacto</i>	26
Tabla 6 <i>Tipos de pases</i>	30
Tabla 7 <i>Resultados de los test de pase, control y conducción</i>	72
Tabla 8. <i>Resultados pre test de pase</i>	73
Tabla 9 <i>Resultados del pre test de control de balón</i>	74
Tabla 10 <i>Resultados del pre test de conducción</i>	75
Tabla 11 <i>Resultados de pre test y post test, fundamentos técnicos</i>	77
Tabla 12 <i>Resultados pre test y post test pase</i>	79
Tabla 13 <i>Resultados de pre test y post test de control de balón</i>	81
Tabla 14 <i>Resultados del pre test y post test de conducción</i>	83
Tabla 15 <i>Estadística de Rangos, Test de pase</i>	85
Tabla 16 <i>Cuadro estadístico de contraste, test de pase</i>	85
Tabla 17 <i>Estadística de Rangos, Test de control de balón</i>	86
Tabla 18 <i>Cuadro estadístico de contraste, test de control de balón</i>	86
Tabla 19 <i>Estadística de Rangos, Test de conducción</i>	87
Tabla 20 <i>Cuadro estadístico de contraste, test de conducción</i>	88

INDICE DE FIGURAS

Figura 1	Fases sensibles, capacidades coordinativas	20
Figura 2	Test de pase	64
Figura 3	Test de conducción.....	66
Figura 4	Test de control	67
Figura 5	Evaluación del pre test de pase.....	73
Figura 6	Evaluación del pre test de control de balón.	74
Figura 7	Evaluación del pre test de conducción	75
Figura 8	Resultados test de Pase	79
Figura 9	Evaluación de pre test y post test de pase	80
Figura 10	Resultados del test de control de balón.....	81
Figura 11	Evaluación de pre test y post test de control de balón.....	82
Figura 12	Resultados del test de conducción	83
Figura 13	Evaluación del pre test y post test de conducción	84
Figura 14	Comprobación de la hipótesis test de pase	85
Figura 15	Comprobación de la hipótesis test de control de balón	87
Figura 16	Comprobación de la hipótesis test de conducción.....	88

RESUMEN

En Ecuador el futbol ha tomado una gran popularidad los últimos años lo cual ha significado que distintos establecimientos educativos adopten carreras referentes al entrenamiento deportivo, como consecuencia se han creado varias escuelas de futbol. Estos lugares tienen como objetivo la formación integral de los niños además de un desarrollo técnico, táctico, físico y psicológico, en muchos de estos establecimientos los métodos analíticos son su principal característica, este trabajo de investigación intento determinar cuál es la influencia de los ejercicios en espacio reducido en el aprendizaje de la técnica de los niños de la sub 12 de la escuela Sociedad Deportiva Aucas, sabiendo que estos ejercicios no solo se enfoca en el mejora de la técnica, al ser ejercicios contextualizados a la realidad del juego con la intervención de rivales y compañeros, los jugadores tendrá un enorme crecimiento, esta investigación se la realizo con 15 niños entre once y diez años, a quienes se tomó un pre test de elementos como el pase, el control y la conducción, después de esto se ejecutó un plan de entrenamiento de 20 sesiones basado en ejercicios en espacio reducido, para después de ello aplicar un post test, de esta forma se logró comprobar la influencia positiva de este tipo de tarea en el aprendizaje de la técnica en el futbol, brindando un aprendizaje significativo en las sesiones de entrenamiento a los jugadores.

PALABRAS CLAVES:

- **FUTBOL**
- **EJERCICIOS EN ESPACIO REDUCIDO**
- **TÉCNICA**

ABSTRACT

In Ecuador, football has taken a large part of recent years which has meant that different schools have adapted careers in sports training, as has created several football schools. These places are aimed at the comprehensive education of children as well as technical, tactical, physical and psychological development in many of these methods of analysis. reduced space in learning the technique of the children of the sub 12 of the Aucas Sports Society, knowing that these exercises not only focus on the improvement of the technique, the exercises contextualized in the reality of the game with the intervention of rivals and companions, children, once and ten years, boys and girls, once and ten years. training plan of 20 sessions based on exercises in the reduced space, after which apply post post test, of this form it refers to the positive influence of this type of task in the learning of the technique in soccer, provided significant learning in the training sessions to the players

KEY WORDS:

- **FOOTBALL**
- **SMALL-SIDED GAMES**
- **TECHNIQUE**

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El fútbol tiene una gran popularidad a nivel mundial y no está alejada de la realidad de nuestro país, en donde el número de seguidores por este deporte es significativo, esto ha generado que desde edades muy tempranas niños sean fanáticos hasta llegar al punto de soñar con el profesionalismo, por esta razón muchos padres buscan inscribir a sus hijo a “escuelas de fútbol”; Las cuales en su gran mayoría no tienen un metodología, profesionalismo ni mucho menos objetivos, que no sean la obtención de recursos económicos, mientras que el desarrollo técnico, táctico, físico y psicológico de los deportistas queda de lado.

Esto genera diversos problemas a la hora de hablar del fútbol formativo, ya que se abre un abanico de inconvenientes los cuales debería ser revisado a fondo, este proyecto de investigación se basa en el desarrollo de la técnica; pero la poca atención que se le da a este tema genera incertidumbre ya que al no tener jugadores de fútbol que dominen aspectos técnicos dentro de un contexto real de juego los cuales obtendrán resultados a corto, mediano y principalmente a largo plazo; los clubs, entrenadores, y demás personas cercanas al deporte buscan conseguir resultados de cualquier forma llevando a no tener proyectos a largo plazo los cuales se basen en la identidad del club o a su vez de la escuela formativa, el proporcionar un espectáculo, es decir, que el juego sea vistoso ante los ojos de los espectadores y genere interés, hasta el punto de llegar adulterar identidades, todo esto con el afán de ganar sin importar el ¿cómo?; un ejemplo ante esto es la cantera del Fútbol Club Barcelona, que durante años viene trabajando bajo una

filosofía “disponer del balón para jugar y disfrutar” y en base a esto se ha creado una metodología propia del club, que desde el primer equipo hasta las escuelas formativas es ocupada, es decir, los niños que ingresan a sus escuelas entran con el objetivo a más de forma personas con valores, puedan alcanzar un profesionalismo si esa es su meta.

Por esta razón las escuelas de futbol deben tener como objetivo fundamental el desarrollo de jugadores estos abarca las diversas estructuras que los conforman como es la técnica, partiendo que la técnica son aquellos movimientos los cuales permiten tener efectividad con un mínimo gasto energético, además de ser el indispensable para dominar los principios tácticos en el futbol (Amado Peña, Cobo Agirregomezkorta, Oiartzabal Errasti, & Zinkunegi Zipitria). Encontrar una metodología óptima para la enseñanza de los elementos técnicos llega a ser un gran reto para los formadores, tomando en cuenta las diversas corrientes metodológicas que existen actualmente para el desarrollo de jugadores; como los líderes del proceso enseñanza-aprendizaje estamos en la obligación de elegir aquella que esté acorde a las necesidades de los niños en dependencia de su edad, teniendo como principal objetivo que el deportista piense, analice y decida dentro del juego en cualquier situación concreta que este se encuentre. (Arda & Casal, 2003)

Un gran número de escuelas de futbol utilizan el método analítico el cual no es más que descomponer las distintas tareas referentes a los principios técnicos, la mayoría de las cuales están aisladas del juego real siendo las repeticiones su mayor características (Verdú, Alzamora, Carbonell, & Turpin, 2015), pero ¿qué beneficios tienen el reproducir constantemente una acción técnica y no saber cuándo poder utilizarla?, por esta razón

es necesario conocer de qué manera el niño aprenderá mejor un elemento técnico a la edad de 12 años.

En el club Sociedad Deportiva Aucas no se maneja ninguna metodología de trabajo en categorías formativas mucho menos en la escuela la cual debería tener como objetivo generar jugadores para que formen parte de las mismas, esto genera muchos inconvenientes debido a que como club debe verse en la obligación de nutrirse de jugadores de otros clubs, otras ciudades, o con empresarios, lo cual se convierte en un problema mayor ya que eso genera costos al club para el traslado, vivienda o negociaciones, algo que desvirtúa mucho la existencia de una escuela de fútbol, la cual debería proporcionar a la mayor parte de los jugadores al club y de esta forma tener mucho más ganancias ya que son jugadores que fueron formados en el club, llegando al punto de negociar transferencias a otros clubs.

Esto se convierte en el problema que se habló previamente que la existencia de la escuela solo se originó para la obtención de recursos y no para la formación de jugadores, es por ello que uno de los grandes inconvenientes que tiene los chicos de la categoría sub 12, al no tener un desarrollo desde edades tempranas basándose en una metodología la cual proporcione un arsenal de recursos tanto técnicos, tácticos, físicos y psicológicos, están en desventaja para alcanzar su objetivo de formar parte del equipo formativos.

Este grupo de chicos así con la mayoría de niños en la escuela de fútbol, no tiene un desarrollo óptimo, existen excepciones pero en general se puede observar que no es completo, esto debido a que ese desarrollo no se lo efectuó en contexto de juego, así podemos encontrar chicos que durante los test que se toman en cada año, son rápidos

al conducir pero al momento de jugar existe complicaciones al superar rivales, lo mismo con el pase muchos chicos tienen la capacidad de dar un pase a corta, media o larga distancia, cuando su compañero está libre, pero cuando se encuentra con alguna oposición existe una gran limitación ya que ni su compañero, ni el poseedor pueden solucionar acciones como esas, y así podemos encontrar errores en su desarrollo, al saber que la metodología que se trabaja es de tipo fraccionada, y las tareas son muy limitadas en la toma de decisiones, se crean jugadores que solo reaccionan a un estímulo y dentro del fútbol los estímulos muy difícilmente se van a repetir, por esta razón los jugadores deben tener la capacidad de adaptarse a entornos cambiantes.

1.2. Causas del problema, consecuencias

Las tareas en los entrenamientos es un rol muy importante a la hora de la enseñanza-aprendizaje ya que en dependencia de las mismas, los jugadores van a tener un aprendizaje significativo, a más de generar motivación para aprender y desarrollarse como jugador, brinda un arsenal de recursos que el jugador deberá asimilar correctamente, lo que ocurre actualmente, al elegir una metodología no se profundiza correctamente en las ventajas que tendrá la misma, como consecuencia encontramos tareas que donde se profundiza la técnico sin contemplar varias características del juego, generando jugadores con limitaciones en su arsenal técnico-táctico.

1.2.1 Causas

- Desconocimiento de otras metodologías de entrenamiento que no sea de tipo fraccionado.
- Poca especificidad del contexto real de juego, al momento de diseñar tareas.

- Tareas con escasos espacios para toma de decisiones por parte del jugador.
- Limitaciones de los jugadores a nivel técnico dentro de contextos reales de juego, además de escasos recursos tácticos.
- Poca percepción de espacio y tiempo, al ejecutar acciones de juego.

1.2.2 Efectos

- Elección de metodologías que no benefician al desarrollo global del jugador.
- Jugadores con limitaciones a hora de tomar decisiones en partidos.
- Crear jugadores con un pensamiento cerrado, es decir, solo tener una solución en mente, no poseer la capacidad de crear nuevas soluciones.
- Pocas probabilidades de ser elegidos para entrar en procesos formativos.
- Errores al momento de ejecutar acciones individuales como colectiva en beneficio del equipo.

1.3. Delimitación del problema

Este proyecto de investigación tiene un lugar específico en el cual se lo va realizar, este es la escuela de sociedad deportiva aucas, la cual se encuentra en las instalaciones del club, al sur de la ciudad en el sector de Chillogallo.

Se lo realiza durante los entrenamientos de la categoría sub 12 niños entre 10,11 y 12 años de edad, a partir de febrero del 2019, las jornadas de entrenamiento son los días lunes, martes y viernes; los días domingos son de competencia.

1.4. Formulación del problema

El problema tendrá que partir del tema de investigación el cual es, “Los ejercicios en espacio reducido en el aprendizaje de los elementos técnicos del futbol en la categoría sub 12 del club sociedad deportiva aucas.

¿De qué manera inciden Los ejercicios en espacio reducido en el aprendizaje de los elementos técnicos del futbol en la categoría sub 12 del club sociedad deportiva aucas?

1.5. Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Determinar la influencia de los ejercicios de espacio reducido en el aprendizaje de los elementos técnicos de los niños de la categoría sub 12 de la escuela “Sociedad Deportiva Aucas”, mediante la aplicación de un plan de entrenamiento de este tipo de ejercicios, para obtener resultados en la formación del jugador.

1.5.2 Objetivos específicos

- Evaluar el nivel técnico de los niños que pertenecen a la escuela de futbol sociedad deportiva aucas, mediante test pedagógicos de fundamentos como la conducción, el control y pase.
- Optimizar el desarrollo técnico de los jugadores en base a plan de entrenamiento de ejercicios en espacio reducido.
- Evaluar la influencia que tiene el plan de ejercicios en espacio reducido mediante un post test de los elementos técnicos como la conducción, el control y pase.

1.6. Justificación

El proyecto de investigación planteado se basa en uno de los mayores problemas que varios entrenadores tiene a la hora de la enseñanza de los elementos técnicos esto debido a que existen distintas metodologías para el aprendizaje y desarrollo de esta estructura, diversos entrenadores no tienen claro que influencia tiene cada uno de las tareas propuesto en las sesiones de entrenamientos, esto lleva a proponer ejercicios sin conocer el grado de influencia que tienen en la enseñanza-aprendizaje de la técnica en los niños.

La técnica es vista como un de los ejes fundamentales en los deportes colectivos, pero la técnica debe ser adaptada a la realidad del juego ya que, si se ejecuta acciones fuera de contexto, al momento de realizar una transferencia a la realidad del juego será muy complicado que sea ejecutado de la misma forma, que fue practicada. El proceso de enseñanza-aprendizaje está orientado a varias disciplinas, pero el objetivo en esta etapa es garantizar una formación polifacética, es una de las tareas principales en la formación de niños en edades de 6 a 14 años, además la trasmisión de los fundamentos futbolísticos y la expresión individual de las cualidades técnico-tácticas. (Endre Benedek, 2001). Es por ello por lo que ejercicios que no estén tan alejados a la realidad del juego podrían tener una mejor influencia en el aprendizaje de la técnica que los ejercicios analíticos, podría brindarnos una excelente posibilidad de aportar a la comunidad de formadores con una investigación muy precisa sobre la implementación de ejercicios en espacio reducido los cuales tiene un alto grado contextualización al juego real.

La relevancia de esta investigación se centra en que la técnica podría tener un mejor desarrollo en ejercicios donde exista un espacio compartido con compañeros, oponentes,

además, limitaciones de espacio y tiempo a la hora de tomar decisiones, y tener la posibilidad de proponer regatas las cuales beneficien en el desarrollo de un elemento técnico, táctico o físico, sin dejar de lado aquellas estructuras que intervienen en el juego, generando una experiencia mucho más motivadora, al contrario de los ejercicios donde se fragmenta la técnica los cuales tienen a usar el método de repeticiones generando una experiencia descontextualizada, y de este modo probar cuál de estos dos ejercicios tiene una mayor influencia en el aprendizaje de la técnica individual, y de este modo darle un mayor tiempo durante las sesiones de entrenamiento.

El proyecto tiene como principal objetivo beneficiar a los jugadores de la Escuela Sociedad Deportiva Aucas, que al conocer cuáles son los beneficios de implementar un programa en donde las demandas relacionadas con los requerimientos de juego es decir ejercicios en espacio reducido, se pueda implementar como metodología de la escuela y los entrenadores trabajen en base a este tipo de tareas desde edades tempranas, lo cual brindara un mejor desarrollo a nivel técnico, táctico, físico y psicológico, obteniendo el principal objetivo de la creación de la escuela de futbol, es decir, los jugadores tengan asegurado un arsenal de recursos futbolísticos para alcanzar formativas, permitiendo que el club obtenga réditos no solo económicos a corto plazo, sino jugadores los cuales estén preparados para seguir con el proceso de entrenamiento a nivel formativo.

De esta forma con jugadores con mayores recursos técnicos – tácticos, el club no vea necesario buscar jugadores, ni mucho menos hacer alianzas con representantes, sino tener jugadores los cuales se identifiquen con el club y sobre todo su filosofía, es por ello la importancia de crear valores que identifiquen al club, además del tiempo, este proyecto realizado en un club de primera división, no solo podría beneficiar a los jugadores que

participan en el estudio, el club podría en base a este proyecto, generar un cambio de ideología dándole mucha más importancia al desarrollo de jugadores desde edades tempranas, en donde entraría en discusión los recursos que se les podría dar a los mismos, el tiempo de entrenamiento que deberían tener, y sobre todo la metodología que el club debería adoptar (que podría ser orientada a tareas en contextos de juego real), así el club podría ser el más beneficiado con este proyecto de investigación, es por esta razón la importancia de ejecutar este tipo de proyectos.

1.7. Formulación de la hipótesis

1.7.1 Hipótesis de trabajo

Los ejercicios en espacio reducido tienen una influencia en el aprendizaje de los elementos técnicos como el pase, control y la conducción de los niños de la sub-12 de la escuela Sociedad Deportiva Aucas.

1.7.2 Hipótesis nula

Los ejercicios en espacio reducido NO tienen una influencia en el aprendizaje de los elementos técnicos como el pase, control y la conducción de los niños de la sub-12 de la Escuela Sociedad Deportiva Aucas.

1.8. Variables de la investigación

1.8.1 Variable independiente

Ejercicios en espacio reducido

1.8.2 Variable dependiente

Aprendiza de los elementos técnicos

1.9. Operacionalización de las variables

Tabla 1

Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSION	INDICADOR	INSTRUMENTO
Ejercicios en espacio reducido	<p>Los juegos en espacio reducido son ejercicios los cuales simulan el juego real, por lo cual se lo considera como un apoyo para la mejora del rendimiento del futbolista, existen distintas modificaciones del juego real como el número de jugadores o superficie de juego más pequeñas y adaptación de reglas (Sánchez, Yagüe, Fernandez, & Petisco, 2014)</p>	<p>Espacio por jugador</p> <p>Objetivos propuestos</p> <p>Número de jugadores</p> <p>Momentos de trabajo-descanso</p>	<p>Ficha de observación</p>	<p>Ficha de observación</p>

Continúa



**Aprendizaje
de los
elementos
técnicos**

Es el proceso de enseñanza-aprendizaje de los elementos técnicos del fútbol.

**Técnica
individual**

Golpe,
conducción,
control, tiro a
puerta, regate.

Tiempo
Repeticiones
Coordinación
Habilidad
Fuerza
Precisión

**Batería de test
pedagógicos**

Test de
conducción
Test de control
Test de
precisión de
pase.
Test de tiro de
precisión

**Técnica
colectiva**

Pase

- Corto
- Medio
- Largo

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Jugador en vías de formación

Muchos contextos son imprescindibles para que los niños alcancen una formación que les aseguren el futbol de alto nivel o llamado profesional, para lo cual es vital el enfoque mental lo cual le permitirá un desarrollo de su personalidad y conducta social, además de consolidar una consiente formación del futbol base es decir del desarrollo motriz, es por ello que se habla de un desarrollo integral.

Es de importante que se respete las etapas de desarrollo y los respectivos objetivos de aprendiza según la edad, para lo cual es imprescindible conocer las fases sensibles que los jugadores van a tener durante el proceso de enseñanza- aprendizaje, este debería ser el objetivos de escuelas formativas, clubes, federaciones y programas educativos, para alcanzar el éxito y cumplir con el compromiso de formación.

Los objetivos deben estar en dependencia de factores como edad de crecimiento, la psicología, el desarrollo muscular, el ritmo de aprendizaje y la etapa de desarrollo (pubertad), todos estos factores serán los que el entrenador deberá tomar en cuenta a la hora de ejecutar el programa a cumplir, ya sea este por una temporada, independientemente de la metodología las capacidades físicas tienen su fase sensible y si no se respeta al pasar la misma el desarrollo no será el mismo.

Pero un aspecto que no se puede dejar de lado es que durante el proceso de formación, los niños son el eje principal de esta formación y las personas encargadas más que una formación a nivel deportivo que es importante, debe ser responsable de transmitir un sinfín de valores que todo deporte genera, como es la responsabilidad, la

solidaridad, compañerismo, y muchos más, diferentes autores coinciden que el deporte es el mejor tratamiento para aquellos niños que tiene problemas en adaptarse a entornos, o a relacionarse con otras personas, es por ello que un objetivo a cumplir también debe ser formar seres humanos y no solo deportistas.

2.1.1 La iniciación deportiva en el futbol

La iniciación deportiva juega un rol importante a nivel deportivo y sobre todo del desarrollo de niños a temprana edad, que este proceso este enmarcado desde un punto de vista educativo, y no solo elitista, la organización reguladora y encargada del futbol FIFA nos da un acercamiento a una filosofía la cual debería ser adoptada en todo el mundo esta es “Todo el mundo puede jugar al futbol, independientemente de la edad, sexo, religión, la etnia, el origen social o estado físico”, nos habla de concepto de inclusión es por ello que debe ser visto como un medio educativo y formador de personas, además que nos dice “ que los niños sean niños”, esto nos relaciona con que se diviertan y no se impongan reglas, lo cual no permite un desarrollo libre y espontaneo.

Ahora conociendo lo que organización tan importante piensa sobre el futbol base, es de igual relevancia tener un acercamiento al término iniciación deportiva, (Rodriguez Verdura , 2018) quien cita a (Romero y Gonzales, 2006) los cuales definen a la iniciación deportiva como el periodo que le toma a un deportista en adquirir “fundamentos morfo funcionales y técnico – tacitico básicos de un deporte”, esto va de la mano con las distintas propuestas de autores que se encaminan al futbol y sobre todo a objetivo en el proceso de enseñanza-aprendizaje de este deporte, ya que va a estar encaminando a la formación, en donde los futuros jugadores, deberán aprender a solucionar los distintos

problemas que se le presenten dentro de su vida deportiva, y esto podrá ejecutarlo solo si tiene una formación multifacética, en distintos sistemas de juegos, distintas posiciones, para lo cual es de vital importancia que su desarrollo se lo ejecute en un contexto similar a la competencia.

Lo explicado anteriormente se vincula con el objetivo propuesto por (Navarro, 2007) quien es citado por (Rodríguez Verdura, 2018), este autor nos menciona que la iniciación deportiva tiene como objetivo que los jóvenes alcancen gracias a su talento y a su disposición de trabajo “las mejores prestaciones deportivas en el momento oportuno, sin precipitar los acontecimientos”, es por esta razón la necesidad de tener regulaciones con respecto a la edad y cumplir objetivos en las mismas, para lo cual han sido organizadas por edades, en tres etapas, esto según un club como el FC BARCELONA, quien le presta mucha atención al desarrollo de los niños, en base a estructuras.

Tabla 2
Etapas en el fútbol

Etapas	Edades
Iniciación	Iniciación 1 (7 a 9 años)
	Iniciación 2 (10 a 11 años)
Especialización	Formación específica (12 a 14 años)
	Especialización (15 a 17 años)
Rendimiento	Rendimiento (>18 años)
	Alto rendimiento (primer equipo)

2.1.2 Ontogénesis motora

Es de suma relevancia conocer el desarrollo del hombre a lo largo de su vida, este proyecto está enfocado en niños en edades de 11 y 12, los cuales tendrán distintas necesidades e intereses con respecto a diferentes edades, algo que es común en todas las edades que el desarrollo debe estar efectuado en sus tres esferas, lo biológico, lo psicológico y lo motor.

Así en base a la ontogénesis motora las capacidades físicas deberán ser desarrolladas en correspondencia a las características del niño en cada etapa, es decir al periodo óptimo de desarrollo, por lo cual se las clasifica en tres grupos que continuación se describe.

Tabla 3
Capacidades físicas según ontogénesis motora

Capacidades tempranas	Capacidades tardías	Capacidades neutras
Flexibilidad	Resistencia anaeróbica	
Coordinación	láctica	Resistencia aeróbica
Velocidad	aláctica	
Aprendizaje motor	Fuerza máxima	Resistencia a la fuerza
Fuerza explosiva		
Edad pre escolar (4 a 6 años)	Primera fase puberal (mujeres	
Primera edad escolar (7 a 9 años)	11 a 13 años – hombres 13 a 15/16 años)	Independiente de la edad
Segunda edad escolar (mujeres 9 a 11 años – hombres 9 a 13 años)	Segunda fase puberal (mujeres 13 a 16/17 años – hombres 15 a 18/ 20 años)	

Es de esta manera que las la ontogénesis motora tendrá momentos relevantes a los cuales se les llama trasfiguración, las cuales van a tener características específicas de acuerdo a la evolución del sujeto.

2.1.2.1 Primera trasfiguración

Esta etapa corresponde a los niños entre la edad preescolar y la finalización de la segunda edad escolar, esto quiere decir edades entre 4 a 6 años hasta los 10 a 12 años en mujeres y en hombres 10 a 13 años, más conocida en la “edad de oro” ya que es la óptima para crear bases en la técnica, debido a su periodo optimo en el desarrollo de capacidades coordinativas, es por esta razón que se debería priorizar un desarrollo multifacético y multilateral.

Existen diversas características generales en esta etapa como, por ejemplo: una gran producción de hormonas de crecimiento y hormonas sexuales, además de un desarrollo armónico y paulatino el cual resulta sincronizado, mientras las extremidades y la cabeza tienen un desarrollo proporcional. Al finar la primera trasfiguración la niñez prácticamente terminara, a lo cual seguirá la fase puberal o pubescencia.

2.1.2.2 Segunda edad escolar

Tabla 4
Segunda Edad Escolar

Características	Recomendaciones
<ul style="list-style-type: none"> - Relación propicia entre la fuerza y el peso. - Al no terminar la osificación de los huesos el niño no debe recibir cargas fuertes ya que podría llegar a lesionarse. - Predisposición para el entrenamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> - El desarrollo coordinativo debe ser enfatizado, su arsenal técnico va a estar en dependencia de esta capacidad, por lo cual debe ser aprovechada esta fase sensible. - La velocidad va a ser una de las capacidades más relevantes a ser

Continúa



-
- Existe un goce de la competencia, es decir motivación por obtener resultados positivos.
 - El niño en el periodo final de esta etapa, la velocidad será un diez por ciento menor a la velocidad que final cuando sea adulto.
 - Las capacidades conductuales serán favorables, ya que aún seguirá obedeciendo, teniendo disposición a ser subordinado.
 - Mucha confianza en sus habilidades, optimista y con agallas de conseguir un buen rendimiento.
- desarrolladas, la cual debe ser multifacética.
 - El inicio del desarrollo de la fuerza explosiva debe darse en esta etapa.
 - Capacidades como la resistencia aeróbica y la resistencia a la fuerza deben ser desarrolladas durante todas las fases, es por ello que esta no deberá ser la excepción, con respecto a la resistencia a la fuerza debe enfocarse en los grupos musculares que sirven de sostén para el cuerpo.
 - La flexibilidad debe tener gran prioridad en esta etapa, ya que los grupos musculares como extremidades tienden a acortarse debido a su desarrollo, por lo cual es recomendable hacerlo durante todas las sesiones de entrenamiento.
 - Sabiendo que es la edad de oro, es importante el desarrollo de la técnica (aprendizaje motor) ya que al terminar esta etapa el cuerpo tendrá distintos cambios que podrían afectar a su ejecución.
-

2.1.3 Segunda trasfiguración

La segunda edad escolar tendrá un periodo que va al finalizar la segunda edad escolar hasta la edad juvenil, lo que quiere decir que ira aproximadamente 11 a los 16/17 años en mujeres y en hombres de 13 a 18/20 años de edad. A esta edad se la considera como “edad de diamante”, es conocida de esta manera ya que al sufrir diversos cambios biológicos, se debe enfatizar en pulir todo lo aprendido en la primera trasfiguración, además es el periodo óptimo para el inicio del entrenamiento en capacidades como la

fuerza máxima basada en la resistencia a la fuerza y resistencia anaeróbica teniendo su base en la aeróbica, dándole un alto grado de importancia al desarrollo multifacético, es por esta razón que el trabajo debe ser paulatino, además se caracteriza por:

- El crecimiento en las extremidades será de forma longitudinal.
- Los cambios psicológicos, como el modo de pensar, los sentimientos y comportamientos, esto debidos cambios hormonales que se presenta en esta etapa.
- Primera fase de maduración y la segunda fase, aparecen en esta etapa, es así que los hombres aparecen su espermarca y en las mujeres aparece la menarca.
- La aceleración con respecto al crecimiento, haciendo énfasis en extremidades y órganos.
- Manifestación del crecimiento caracteres sexuales secundarios para hombres y mujeres.

2.1.4 Fases sensibles

Las fases sensibles se las define como aquel periodo óptimo que el humano deportista tiene, en donde reacciona de modo más intenso a los estímulos externos para el desarrollo de alguna capacidad en específico, es por esta razón la relevancia de conocer cuál es el periodo optimo aprovechable para el desarrollo de una capacidad, al conocer esto, sabemos que no se puede trabajar la mismas capacidades en todas edades, pero las edades cronológicas no es un factor relevante para el desarrollo de las capacidades, así que el entrenador debe conocer la maduración y desarrollo corporal, para obtener

mayores resultados, es por ello la importancia de utilizar una planificación a largo plazo, en donde va ser mucho más sencillo el desarrollo óptimo del deportista.

Así es importante saber que el desarrollo de niños y niñas será diferente, cada uno tendrá sus características en función de la edad, el proyecto de investigación está enfocado en la categoría doce, conocida como la edad escolar prepuberal la cual comprenden niñas entre 10/11 hasta los 11/12 años de vida, mientras que en niños comprende las edades entre 10/11 hasta los 12/13 años de vida, en este periodo van a existir muchos cambios a nivel biológico como el desarrollo de características sexuales secundarias, y la enorme motivación por incluirse en entornos donde existe un aprendizaje lúdico.

Ahora al saber que los niños van a tener distintos cambios y en función de los mismos debe existir el desarrollo, un aspecto relevante a la hora de desarrollar la técnica en el fútbol es la coordinación, ya que la misma será la base fundamental para el aprendizaje motor, según (Collazo Macías, 2012) quien nos brinda una revisión extensa de diversos autores llegando a la conclusión que las edades primordiales para el desarrollo coordinativo es desde los seis hasta los once años, ya sean estas capacidades generales como la adaptación, la regulación del movimiento y adaptación, o las especiales como ritmo, diferenciación, el acoplamiento, equilibrio anticipación y precisión, como las relevantes o aquellas que agrupan todas como son las complejas como son aprendizaje motriz y agilidad, la primera tiene que ver con la técnica en el fútbol.

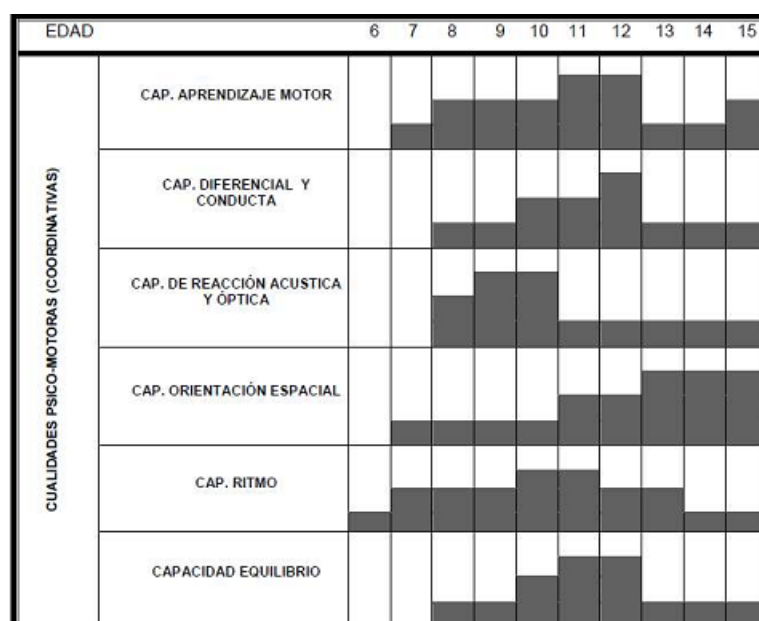


Figura 1 Fases sensibles, capacidades coordinativas
(Martin, Nicolaus, & Christine , 2004)

En la figura 1 se observa que edades son idóneas para el desarrollo de las capacidades coordinativas, una de las características relevante es que en su mayoría tendrá un desarrollo continuo desde tempranas edades, pero como se ha mencionado tiene un pico de desarrollo en donde se debe aprovechar, el aprendizaje motor como se observa tendrá desde los ocho años hasta los diez años tendrá un desarrollo normal, se puede decir que los niños tendrán la capacidad de adquisición de la técnica, para posterior a esta edad tendrá su fase sensible en donde será el periodo óptimo para un desarrollo óptimo de esta capacidad, es importante aprovechar esta edad para crear un gran arsenal técnico en niños, ya que al terminar la misma los niños se encontrar con distintos cambios biológicos, como por ejemplo en incremento de la masa corporal, o la altura, lo cual generar cambios en el cuerpo que van inferir en la técnica, por ello tendrá

un nuevo pico en el desarrollo al pasar la edad escolar o pubertad, en donde el entrenador deberá tomar nuevamente atención al desarrollo de esta capacidad.

2.1.5 Aprendizaje motor

Durante la anterior sección se habló sobre esta capacidad coordinativa, así se puede definir como un proceso de adquisición, aplicación y mantenimiento de acciones técnicas o destrezas motoras, existen diversas teorías que la explican de algún de forma más entendible, este proyecto de investigación es sobre el futbol, y uno de las corrientes teóricas que actualmente se la relaciona con este deporte, es la **teoría de sistemas dinámicos**, la cual nos menciona que el humano deportista es un sistema que funciona como un todo al cual le afecta el entorno donde se desenvuelve.

Es por esta teoría que nace el entrenamiento integrado, que en base a la técnica y táctica los otros factores que se relacionan con el deportista como es físicos y psicológicos se irán desarrollando en función de esa base, es por ello que lo ven como un todo, y los entrenamientos deben desarrollarse en base acorde al contexto donde se desarrollan, ya que el futbol son contextos cambiantes en donde el deportista deberá desarrollar sus habilidades siguiendo el patrón de juego, así (Morente Sánchez & Fradua Uriondo, 2012) en su trabajo “ aplicación de sistemas dinámicos al entrenamiento deportivo: futbol” nos menciona a diversos autores y su visión sobre el aprendizaje motor, así menciona a (Cano, 2011) menciona que *“Las cualidades y capacidades son indivisibles, no se dan por separado nunca y por lo tanto, han de estar siempre unidas en las actividades del entrenamiento”*. Es por esta razón que el aprendizaje motor a nivel deportivo debe estar ejecutado con las características del deporte, basándose en dos

principios la globalidad que es la relación de la motricidad y sus fenómenos como es la toma de decisiones, la creatividad y los procesos de aprendizaje para lo cual el principio de variabilidad juega un papel relevante en donde el sujeto deberá adaptarse a los entornos cambiantes para alcanzar el mayor provecho en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.1.6 Formador- educador

Dentro del proceso de formación de los niños y jóvenes, una parte vital de este proceso serán los formadores ya que estos cumplirán diversas tareas sobre el proceso, y serán los responsables que los niños alcancen un desarrollo integral, y que obtenga un arsenal en todos los aspectos que intervienen en el juego, técnico, táctico, físico y psicológico. En edades tempranas el formador cumple un papel relevante, a diferencia de entrenadores encargados del primer equipo, quienes se encargan del fútbol base, no solo debe pensar en los resultados del equipo sino, en el progreso de cada uno de sus dirigidos, algo que genera muchas obligaciones a largo plazo.

Según (FIFA, 2013) que proporciona una guía para el fútbol juvenil, el formador debe conocer distintos aspectos como:

- Conocer las características individuales de cada uno de los jugadores, esto quiere decir que cada persona es un mundo, el formador debe tener la tarea de comprender cuál es la mejor forma de llegar, así facilitar el proceso de enseñanza aprendizaje
- Conocer todos los aspectos necesarios del juego y en base a esto, priorizar los aspectos técnicos, tácticos y físicos, en base a la edad y etapa de desarrollo y

sobre todo a las necesidades, para que de esta forma alcance un tope de desarrollo.

- Conocer a cada uno de sus jugadores y de esta forma generar confianza en sus jugadores, lo cual va ser mucho más fácil que influya en futuros comportamientos, como el hecho de inculcar valores y comportamientos sociales correctos.

En edades tempranas, el formador se convierte en un educador lo que conlleva una responsabilidad aun mayor ya que al elegir una metodología o un elemento, deberá ser consciente de las consecuencias que esto genere, es por ello, que fija metas a corto, mediano y largo plazo, las cuales deben ser alcanzadas por parte de todos los miembros de su equipo, por ello el método debe ser el óptimo para un aprendizaje apropiado y significativo.

La sesión será la parte vital o el teatro donde va a exponer sus conocimientos, utilizando principios metodológicos, y jugara un papel importante el modo de intervención, el cual primero debe basarse en la observación, dejando así que los niños sean libres y puedan desarrollar su creatividad, posterior a ellos realizar correcciones, las cuales deben ser en conjunto (entrenador-jugador), hacer notar cual hubiese sido el resultado si se elegía otra opción o se ejecutaba de otra forma un elemento técnico; además que su discurso debe ser claro y preciso, demostrando aquellos elementos técnicos priorizando características generales más que las específicas, como sería el grado de ubicación que deberá tener una pierna para dar un pase, eso lo único que generaría es que los niños se centren en colocar su pierna de ese modo, más que el resultado del elemento técnico mencionado; por ello es muy necesario la preparación específica de entrenadores en

formadores y educadores, sabiendo que el humano deportista es el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje, y estos son la guía para alcanzar un óptimo desarrollo.

2.2. La Técnica

Durante este capítulo se abordara aquellas temáticas que son relevantes para el desarrollo de este proyecto de investigación, puntos de vista de distintos autores, y sobre todo brindarle un punto de partida a una de las variables, la cual es relevante en el proceso de investigación y ejecución.

La técnica a nivel general por muchos años la han definido diversos autores sumamente importantes en el mundo deportivo, (Frutos, 2013) cita una serie de definiciones con respecto a la técnica entre las cuales se encuentran las siguientes, Matveev (1977) se refiere a la técnica como “el modelo ideal de la acción competitiva”, otro autor que tiene gran importancia el día de hoy en el mundo del futbol es Seirul-lo (1987) quien menciona que la técnica “representa movimientos de uno o varios segmentos o de la totalidad del cuerpo en el espacio y en el tiempo” mientras que Barrios Recio y Ranzola Ribas (1988) menciona que son : “Secuencias de movimientos organizados que resuelven una tarea motora concreta acorde a las reglas de la competición”

A partir de esto se concluye que son acciones motrices específicas de un deporte que un deportista las realiza dentro de un contexto para obtener un resultado, ahora bien, el futbol es un deporte en donde existe espacio compartido entre rivales, compañeros y un elemento como es el balón, en donde el jugador debe tener una relación equilibrada con

el mismo, la técnica ideal pierde valor ya que lo importante es la consecuencia en favor del equipo.

2.2.1 La técnica en el fútbol

Partiendo de definiciones y lo que estas entienden sobre la técnica podemos mencionar a (Borzi, 1999) quien precisa que son “movimientos ideales en los que se utiliza el balón para resolver óptimamente una situación de juego. Entre las más importantes encontramos las destrezas con la pelota, los golpes a la pelota con el pie y la cabeza, las recepciones y la conducción”

Son acciones que se ejecutan con el balón como actor principal las cuales se realizan dentro de diferentes contextos de juego, con aquellas superficies de contacto permitidas para alcanzar un resultado óptimo. Pero algo relevante de este concepto es que desvincula el concepto de equipo, hoy en día existen diferentes corrientes donde menciona a lo táctico como el eje principal de donde parte la técnica, lo físico y lo psicológico, sabiendo que las situaciones de juego se encuentran compartidas con compañeros y rivales.

Por ello, las ejecuciones técnicas dentro del fútbol deben estar siempre ligados a la táctica, es decir, realizar movimientos adecuados los cuales además de ser eficientes tenga eficacia a nivel colectivo. Conociendo esto un jugador puede realizar acciones, en beneficio propio (técnica individual) y en beneficio del equipo (técnica colectiva), o a su vez ejecutar elementos técnicos ofensivos y defensivos todo esto en dependencia de la situación en que se encuentre. Pero previo a una enseñanza de los tipos de técnica el

jugador debe conocer y dominar las superficies de contacto del balón, lo cual permitirá un mejor desarrollo en función del equipo.

Tabla 5
Superficies de contacto

SUPERFICIE	UTILIDAD
Planta del pie	Sirve para parar, conducir, pasar la pelota y driblar
Empeine	Sirve para pasar a distancias largas, rematar, controlar, desvíos.
Borde interno	Sirve para brindar una mayor precisión en las acciones como el pase, el control, rematar driblear, conducción y desvíos.
Borde externo	Sirve para pasar, parar, conducir, rematar, desvíos
Punta	Sirve en situaciones urgentes donde la técnica pasa a segundo plano, rechazos, remate, pases.
Taco	Sirve para darle un sentido de lujo a las jugadas como pase, remate y en ocasiones desvíos.
Rodilla	Sirve para controlar, pasar y desviar (en ocasiones para rematar)
Muslo	Superficie con más control y dominio del balón, además de pasar y desviar el balón.
Pecho	Sirve principalmente para controlar el balón, además de pasar, desviar.
Hombros	Sirve para pasar el balón, controlar y en ocasiones rematar
Cabeza	Superficie muy usada cuando las acciones no son arras de piso, para cabecear, rematar, pasar, rechazar, desviar y en ocasiones controlar.

2.2.2 Fundamentos técnicos

Diferentes autores fragmentan las acciones dentro del campo de juego en distintas formas, las mismas que en muy pocas ocasiones son ejecutadas sin ninguna combinación u oposición, estos elementos son realizados con una determinada coordinación de todo el cuerpo para que el mismo ejecute la acción de forma “ideal”, pero lo más relevante de ejecutar dicha acción es el resultado que la misma genere.

De esta forma para la FIFA, los fundamentos técnicos son los siguientes:

- Conducción de balón- Es la capacidad que el jugador de desplazamiento con el balón pegado a sus pies, en espacio libre sin oposición ni cambio de dirección.
- Regate. - Es la capacidad del jugador para desplazarse con el balón entre adversarios u oposición que se encuentren frente a él, además de combinar dos elementos como es el cambio de ritmo y cambio de dirección.
- Fintas. - Es la capacidad del jugador de realizar movimientos de distracción al rival para poder engañarlo y superarlo, los mismos que pueden ser realizados con o sin balón.
- Control de balón. - es la capacidad que tiene el jugador para dominar el balón ya sea parándolo del todo o amortiguándolo para que el mismo siga en movimiento en la misma u otra dirección según el deseo.
- Pasar el balón. - Es la capacidad del jugador de dar el balón a un compañero, para muchos autores y filosofías de juego esta acción es el medio de comunicación que tiene un jugador con sus compañeros con sus compañeros.
- Tiro o remate a portería. - es la capacidad del jugador para enviar el balón a portería, con la esperanza que el mismo tenga una combinación de dirección y fuerza adecuada para que este sea gol.
- Técnicas especiales. - Son acciones que no son muy típicas dentro del partido, pero que de igual manera forman parte de los fundamentos del jugador.

- ◆ Juego de cabeza. - Es un elemento con el cual se puede ejecutar distintas acciones como pasar, rematar, a su vez de ejecutar rechazos.
- ◆ Juego de volea. - Un elemento muy atípico por su grado de dificultad, es el golpeo del balón sin controlar o que el mismo toque el suelo.
- ◆ Técnicas defensivas. - Es una acción mucho más recurrente ya que es la capacidad que tiene el jugador para robarle el balón a un adversario, así como también podría realizar intercepción cuando el balón lo posea el equipo contrario.
- ◆ Técnicas del guardameta. - Son acciones que realiza el arquero para cumplir con su objetivo el cual es evitar que el balón ingrese a su portería, aquí podemos encontrar: despejes, paradas, bloqueos, desvíos, posición, dirección y colocación de los defensas

2.2.3 El pase

Este elemento técnico es muy importante dentro del desarrollo del juego ya que aproximadamente el ochenta por ciento de las acciones es recibir y dar un pase, y se lo orienta a una capacidad del deportista para realizar algo simple y efectivo. (Chapman, Derse, & Hansen, 2008)

Conociendo que es el contacto o el medio de comunicación dentro del fútbol, el pase es un elemento que se puede realizar con cualquier superficie de contacto permitida por el reglamento, si este es entregado correctamente al compañero brinda un aporte positivo al equipo, de no ser así, el equipo rival será quien obtenga el balón. Es por esta razón que este elemento se lo puede utilizar de forma ofensiva o defensiva, lo cual va a depender de la zona del campo de juego donde se encuentre quien lo ejecuta.

Conociendo esto el pase se lo define como la acción de ceder el balón a un compañero durante un encuentro; dentro del desarrollo del juego este elemento llega a ser

fundamental, ya que beneficia en la progresión de la cancha y alcanzar el objetivo del juego, es por este motivo la importancia de la enseñanza, pero no solo orientado a la forma de ejecución, sino de forma más cognitiva lo que quiere decir, que el jugador debe reconocer la información que se genera a su alrededor espacios libres, ubicación de compañeros y rivales, para tomar una decisión correcta brindando un aporte positivo a su equipo.

Previo al desarrollo de este elemento, se conoció que se lo puede realizar prácticamente con todas las superficies de contacto, las más comunes dentro el juego son el pie, es decir el borde interno, externo, empeine, punta y taco; sabiendo que unos resultan más efectivos que otros, lo relevante es mantener la posesión del balón provocando que el rival no tenga el elemento para poder desarrollar su juego. En su libro (Perarnau, 2016) describe como uno de los mejores entrenadores de futbol ve el pase como un elemento colectivo con el cual puede organizarse al propio equipo y desorganizar al contrario, además de brindar datos en los cuales resulta fascinante como un equipo que se rigen en este elemento puede obtener buenos resultados. Esto llevado al entrenamiento con niños tiene una enorme validez ya que en etapas formativas el resultado va a tomar segundo plano y el desarrollo del humano deportista será lo primordial es decir el ¿Cómo?, toma una gran importancia a estas edades.

2.2.3.1 Tipos de pases

Tabla 6

Tipos de pases

SEGÚN LA DISTANCIA	SEGÚN LA ALTURA	SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO
Pases cortos	Pase a ras del suelo	Parte interna, externa del pie
Pases largos	Pase a mediana altura	Empeine y Taco (punta)
Pases media distancia	Pase elevando	Cabeza, Pecho

Esta se podría decir que es una clasificación de tipo personal (analítica), lo que quiere decir que dentro del campo de juego van a existir estas tres categorías combinadas según sea la necesidad del poseedor del balón para enviar el instrumento hacia un compañero.

Pero a la vez que la misma es relevante, hay que recordar que este es un deporte de espacio compartido, en donde la interacción con los compañeros va hacer muy importante, es por este motivo que los tipos de pase también se los puede observar desde un punto de vista colectivo, para lo cual se podría dividir en los siguientes:

- ❖ Pase a un jugador, Este tipo de acción es enviar el balón al compañero al lugar exacto donde se encuentre y si es posible a la pierna dominante, para que el mismo no tenga inconvenientes para recibirlo.
- ❖ Pase al espacio: Este tipo de acción tiene un grado más de dificultado ya que el poseedor debe tener una “lectura de juego”, lo que quiere decir poder anticipar los movimientos de su compañero, tener exactitud y precisión para que el balón llegue al espacio a donde se va a dirigir su compañero y este llegue en el momento que el

balón. Es muy importante la comunicación verbal o no verbal entre compañero para conseguir éxito en este tipo de pase.

- ❖ Pase de pared: Esta acción es relacionada a los principios tácticos ya que es utilizada de manera ofensiva para superar a un rival o una línea de presión, es una combinación del pase al espacio y al jugador, ya que el poseedor busca hacer contacto con su compañero, él mismo que intentara devolver lo más rápido posible hacia adelante (espacio) donde se dirige el jugador que inicio la acción.
- ❖ Pases de profundidad: Tiene una gran relación con el pase al espacio, ya que maneja el mismo principio de cognición del poseedor del balón buscando a un compañero, la diferencia radica en que va a ser a una larga distancia y superando al otro equipo en términos más futbolísticos, un pase a las espaldas de los rivales.
- ❖ Pases combinados: este tipo de acciones se la relación con la alternancia de pases cortos, a media distancia y largos, para poder mantener el balón y provocar que el equipo rival no pueda ejecutar una presión efectiva.

Así podríamos encontrar distintos pases a nivel colectivo, como por ejemplo pases en las distintas zonas del campo con distintos objetivos, pero lo importante es recordar que el fútbol es un juego donde interaccionan compañeros y rivales, y el jugador debe cumplir con el objetivo de mantener en su poder el balón.

2.2.3.2. Recomendaciones técnicas del fundamento

Tomando en cuenta que el fútbol no es un deporte en donde se va a observar la técnica para determinar un resultado, como en diferentes deportes en donde este aspecto toma relevancia: por esta razón describir cómo se debe ejecutar el movimiento sería erróneo

ya que lo importante es que cumpla con su objetivo, obviamente que el jugador debe tratar de realizarlo de una forma en donde no genere tanto gasto energético, por ello las recomendaciones que a continuación se describen son importantes ya que deben ser la base del movimiento.

- La cabeza del jugador debe estar siempre levantada para recoger información de la ubicación de los compañeros.
- Establecer el tipo de pase con dependencia a la necesidad de la situación de juego en la que se encuentre.
- El pie de apoyo debe estar a un lado del balón con una separación menor a un metro, además la punta del mismo estará dirigida a donde se desea enviar el pase.
- La pierna que ejecuta el movimiento en dependencia de la fuerza que el jugador desee imprimir se extenderá hacia atrás.
- En dependencia de la superficie de contacto el pie ejecutor va a estar extendido o no, pero siempre será el que tome contacto con el balón y seguirá la dirección del mismo.
- Si el pase es realizado con alguna superficie que no sea el pie, la fuerza va a tener relevancia a la hora de llegar a su objetivo,
- La fuerza y la precisión va a estar en dependencia al contexto y el jugador será quien decide, en base a lo aprendido.

2.2.4 La conducción

Para (Rivas Borbón, 2013) realizo una recolección de definiciones y menciona que la conducción es “la acción de dominar y desplazarse con el balón al ras del suelo, mediante una sucesión de toques a ras de suelo” además también nos habla del regate mencionando que (Howe, 1991) define al regate como la “capacidad que tiene el futbolista para rebasar contrarios en marcha hacia el arco rival”

La conducción y el regate son fundamentos técnicos que van de la mano y por momentos se podría mencionar que en momentos son lo mismo, ya que el jugador al desplazarse con balón superando rivales u objetos está realizando una conducción de balón, para lo cual es muy necesario poder dominar el balón, para que el mismo no se aleje de nuestro control y lo perdamos, otorgando oportunidad a nuestro rival de recuperar el elemento.

Este fundamento técnico representa una parte vital del juego individual por parte del jugador ya que en base a este se puede ejecutar y combinar distas acciones para engañar al rival, como por ejemplo la finta, la cual junto a la conducción y regate son muy productivas al momento de superarlo, pero el hecho de ser un elemento individual no quiere decir que no aporta al juego colectivo para (Perarnau, 2016) quien nos acerca a la filosofía de Guardiola, el cual cree que conducir o regatear al igual que el pase atrae a rivales, liberando a compañeros y de esta forma desorganizar al otro equipo.

Uno de los aspectos relevantes de estos elementos, es que el entorno toma una gran importancia ya que desde muy pequeños se desarrolla la creatividad de jugadores para desplazarse con el balón y eludir con distas fintas a sus rivales siendo los sudamericanos reconocidos a nivel mundial por ejecutar acciones fuera de lo normal, así que dentro del

entrenamiento no se debe limitar al niño si no impulsar la imaginación para superar rivales, hoy en día se controla mucho las acciones que el jugador ejecuta por ejemplo al momento de entrenar este fundamento se utiliza material como estacas, conos, platos los cuales juegan el papel de rival desvinculado por completo a la realidad del juego en el cual tendrá que superar rivales que no van estar estáticos.

2.2.4.1. Tipos de conducción

Existen diversas formas de clasificar la conducción fundamentos a continuación se detallan las más comunes:

- ❖ En dependencia de la trayectoria:
 - Conducción Línea recta
 - Conducción en slalom
 - Conducción con cambios de dirección
 - Conducción de frente
- ❖ Clasificación en base a la superficie de contacto (pie)
 - Empeine exterior
 - Empeine interior
 - Empeine total
 - Borde interno
 - Punta
 - Planta del pie

Ahora, como se mencionó anteriormente muchos autores describen a la conducción y el regate o dribling como dos fundamentos técnicos distintos es por ello que cada uno

tiene diferentes tipos, es por ello, que el regate va a tener otra clasificación, la cual a continuación se la describe.

- ❖ En función de la complejidad:
 - Regate simple: el jugador la utiliza para superar a un rival sin utilizar las fintas como recurso de apoyo.
 - Regate compuesto: es un recurso del jugador para rebasar al rival con la utilización de fintas, las cuales ayudan a engañarlo y de esa forma avanzar.

Una vez descrita de forma aislada los tipos de estos fundamentos técnicos, es aún más notoria la dependencia uno del otro, puesto que en muy pocas ocasiones el jugador tendrá que desplazarse con el balón sin ningún tipo de adversarios que impidan ese avance, todo va a estar en dependencia del contexto de las acciones, el espacio y tiempo en donde ocurran estas, es por ello que de igual forma siempre van a ser observadas juntas.

2.2.4.2. Recomendaciones técnicas del fundamento

- ❖ Durante la ejecución el jugador debe intentar el mayor tiempo posible llevar la cabeza con la mirada hacia adelante, permitiendo observar la ubicación de compañeros y rivales, permitiendo tomar decisiones en menor tiempo.
- ❖ En dependencia de las situaciones de juego el ritmo de la conducción va a cambiar, por ejemplo cuando se enfrenta a un rival para superarlo en la mayoría de ocasiones el ritmo debe cambiar (más rápido), para desconcentralo.
- ❖ Intentar que el balón este lo más cercano a los pies, lo cual permite que el jugador pueda cambiar de dirección sin problema.

- ❖ Durante el regate el jugador debe ser creativo para ser sorpresivo y explosivo al enfrentarse a un rival.
- ❖ Es importante la utilización de agrupar la conducción con el regate y en ocasiones la finta.
- ❖ El jugador debe decidir con que superficie de contacto ejecutar el movimiento en dependencia de la situación de juego, así como si es necesario eludir a rivales o simple mente asociarse con un compañero para superarlo.

2.2.5 El control de balón

Este fundamento técnico puede ser visto desde distintos puntos de vista por ejemplo para (Carrasco, 2016) menciona que “consiste en controlar el balón el mayor tiempo posible sin dejarlo caer”, esta definición se la puede tomar más orientada al dominio de balón, en donde es necesario tener el control del mismo, pero viéndole desde el aspecto control orientado a la **recepción** (Rivas Borbón, 2013) menciona que es la forma de parar, controlar y dominar el balón, lo cual permite realizar una acción posterior como un pase o conducción.

Conociendo estas dos definiciones al control desde el contexto de recepción se lo puede definir como la acción técnica en la cual el jugador domina el balón proveniente de un pase u intercepción, para posteriormente ejecutar un movimiento con el instrumento en beneficio del equipo, este tipo de fundamento puede ser ejecutado con cualquier superficie de contacto permitida por el reglamento, obviamente no todas proporcionan la calidad requerida, es por ello que las más utilizadas son pies, muslos cabeza y pecho.

Dentro de las destrezas del jugador es intentar ejecutar a la perfección este elemento, ya sea detenerlo completamente o amortiguarlo hacia la misma dirección u otra, se puede decir que junto con el pase este elemento se repite en un gran porcentaje dentro del juego, brindando al equipo poseedor el dominio del mismo, por ejemplo en el texto de (Perarnau, 2016) nos menciona la importancia que le da un entrenador de primer equipo (Guardiola) en la forma de recibir el balón con cual pierna se ejecuta y sobre todo la importancia de trabajar ejercicios para que el jugador pueda perfilarse correctamente para continuar con el objetivo de no perder la pelota y de esta manera alcanzar un opción más para llegar a portería.

Este fundamento dentro del futbol base toma gran importancia, conociendo que el jugador en formación debe controlar de todas las formas el balón, para que no sea robado por el rival, brindándole la oportunidad de recuperarlo y hacer daño, hoy en día las corrientes filosóficas mencionan que los jugadores más rápidos son aquellos que resuelven las situaciones de juego en el menor tiempo posible, es por ello que dominar este fundamento (control o recepción), es vital a la hora de tomar decisiones rápidas en beneficio del equipo, por este motivo uno de los notables recursos técnicos es el control orientado, el cual dentro de esta investigación va a tener una destacada participación, ya que dentro del juego ubicar al compañero mejor ubicado es vital y eso se lo consigue con un movimiento adecuado durante el control.

2.2.5.1. Control orientado

(FIFA, 2013) En uno de sus textos guías para la formación de jugadores menciona que el control orientado es la “asociación en una sola jugada la recepción y la habilitación del

balón”, mientras que (Carrasco, 2016) nos dice que es dominar el balón colocándolo en una dirección deseada”.

Partiendo de estas dos definiciones es mucho más sencillo la comprensión de esta acción por parte del jugador, se puede decir que es la capacidad que tiene el jugador para controlar el balón hacia la dirección deseada en un solo movimiento, pues este control va a necesitar de una finta para engañar al rival o para ejecutar el movimiento correctamente. La utilidad de este recurso es positivas para el juego colectivo e individual, brindándole al jugado un sinfín de opciones posterior a realizarlo, en ocasiones evitando que el rival pueda descifrar lo que el jugador pretende hacer, es por ello que anteriormente se mencionó la correcta forma de perfilarse para controlar el balón para después ser pasado o conducido.

2.2.5.2. Tipos de controles

En dependencia de la situación de juego el jugador utilizar la parte del cuerpo que sea necesaria para controlar el balón y volver a continuar con la acción, así pues, a continuación, revisaremos las más frecuente:

- ❖ **Pie:** Se puede decir que esta superficie de contacto es la que más tienen control el jugador y más beneficiosa para recibir, prolongando la posesión de balón además es una de las más usadas para ejecutar controles orientados utilizando contra movimientos o también llamado fintas, con esta superficie de contacto el jugador tendrá la posibilidad de recibir el balón en la mayoría de casos a ras de suelo, pero también a media altura o aquellos que vienen en parábola. De este modo las superficies utilizadas son:

- Borde interno
 - Empeine total
 - Empeine exterior
 - Borde externo
 - Plata
- ❖ Muslo: Es una superficie que regularmente es usada con aquellos balones aéreos que van cayendo a la posición del jugador, sobre todo, los que tienen un grado considerable de fuerza, en muchos casos el control con muslo es secundado por un remate o pase largo.
- ❖ Pecho: La utilidad es mucha de esta superficie, ya que es la óptima para controlar aquellos balones provenientes con altura amortiguándolos para después seguir jugando ya sea en conducción, pase o remate, además es muy útil para ejecutar controles orientados.
- ❖ Cabeza: No es muy frecuente debido al grado de dificultad que esta posee ya que no se tiene un control completo de esta superficie, de igual forma es usada para aquellos balones que provienen con altura.

2.2.5.3. Recomendaciones técnicas del fundamento

- ❖ Durante la ejecución del control, es importante tomar en cuenta la fuerza y dirección del balón, para utilizar la superficie adecuada en su recepción, por esta razón es muy importante tener la vista en el balón, pero a la vez observando el entorno para no ser anticipados y saber que hacer después de ejecutar el control

- ❖ Es importante realizar un movimiento de retiro (hacia atrás) lo cual servirá para amortiguar el balón y que el mismo siga en juego, sobre todo en aquellos que tienen un alto grado de fuerza.
- ❖ En dependencia de las situaciones de juego el jugador decidirá si realiza una recepción o si juega de primera, para lo cual es muy necesario tener un control de las distintas superficies de contacto.
- ❖ Es importante girar la cabeza para recoger información de espacios, compañeros y adversarios, por esta razón el jugador debe perfilarse correctamente, para ejecutar una cognición correcta de la jugada en donde tiene que mirar, percibir, comprender las situaciones, decidir y ejecutar.

2.3. Métodos de enseñanza de la técnica

Antes de iniciar con una descripción de la forma de enseñar es primordial conocer a que se entiende por método para lo cual según (Vega Haro, 2006), quien recopila información de distintos autores nos dice que este término dentro del ámbito deportivo es un conjunto de momentos basado en técnicas las cuales son coordinadas de forma lógica para alcanzar un determinado objetivo, en donde existe la intervención de dos principales autores el profesor (entrenador) y el alumno (deportista), sabiendo que el primero es quien conduce la enseñanza.

Sabiendo que existe una interrelación de los principales autores como son el entrenador y el jugador, es lógico determinar que en quien va a recaer la responsabilidad de desarrollar es el entrenador, proponiendo objetivos a corto, mediano y largo plazo que el jugador deberá cumplir para su formación; ahora conociendo quien decidirá que

método de enseñanza va ser utilizado esta decisión estará subordinada a diferentes aspectos como la formación previa del jugador, la filosofía del club o lugar de desarrollo, las instalaciones y materiales que posee, pero es el formador (entrenador) quien en base a su conocimiento y actualizaciones propondrá sesiones de entrenamiento basándose en la metodología idónea para el desarrollo del deportista.

Es por esta razón a relevancia de que en el fútbol base quien este a cargo del proceso de enseñanza-aprendizaje sean un profesional el mismo que debe ser un formador, quien tendrá muchas funciones como menciona (FIFA, 2013) entrenador, educador, persona de confianza, asesor del jugador y de los entornos sociales, en pocas palabras no solo está encargado de dirigir o elegir una método de enseñanza, pero principalmente debe velar por la formación integral de los jugadores a su cargo no pensando en resultados a corto plazo, sino a largo plazo que realmente es el objetivo del proceso de formación, llegar a una etapa de alto rendimiento, con una diversidad de recursos tanto técnicos, tácticos, físicos, teóricos y psicológicos.

En la actualidad dentro del fútbol existen diversos métodos los cuales tiene características propias a continuación se describirán los principales, partiendo por los tradicionales y hasta un punto generales, es decir que es usado por distintos deportes para después incurrir en los que actualmente son usados por diversos equipos de todo el mundo en su proceso de formación.

2.3.1 Método analítico

(Pascual, Alzamora, Martínez, & Pérez, 2015) Mencionan que “consiste en presentar la tarea por partes aislada del juego real, habitualmente a modo de repeticiones”, es decir

esta metodología plantea que los fundamentos técnicos deben ser trabajados por separados para que el niño se acerque lo más próximo al “modelo idea” de la técnica, en la cual utiliza las repeticiones como recurso para mejorar la técnica basándose en la premisa “que más de algo siempre es mejor”.

El niño iniciar a ejecutar cualquier fundamento técnico sin ningún grado de dificultad, por ejemplo: conducir en línea recta, para después ir aumentando la complejidad de los ejercicios y que los mismo sean visto de distas formas, esta metodología es utilizada en un gran porcentaje con niños que inician de cero en el futbol, para que el mismo aprenda a desarrollar progresivamente el ejercicio y este pueda dominarlo en un futuro.

Pero realmente esta metodología desvirtúa el contexto del juego, ya que no se trabaja en situaciones del mismo y limita la creatividad de los jugadores a la hora de desarrollar cualquier fundamento técnico a su manera, la cual en ocasiones es dominada y termina siendo mucho más efectiva que la del modelo ideal, es importante saber que cada niño es distinto y jamás va a encontrarse en la misma situación que cualquier otro jugador, ya que al participar en un deporte no lineal resulta complicado predecir lo que ocurrirá, por ello el jugador debe ejecutar aquel movimiento que en realidad domine y resulte beneficioso con el objetivo del equipo.

2.3.2 Método global

(FIFA, 2013) menciona que “se trata una metodología de descubrimiento” mientras que (Pascual, Alzamora, Martínez, & Pérez, 2015) menciona que “es la presentación de una situación de juego real de forma completa donde intervienen varios actores”, partiendo de estas definiciones es sencillo encontrar el objetivo de esta metodología el cual es

acerca lo más posible a la realidad del juego y en base al mismo el niño vaya aprendiendo los fundamentos técnicos dentro contextos que se verán en el juego real, recordando que es imposible que una acción se repita o sea la misma, el entrenamiento método proporciona al niño respuestas a situaciones que se asemejan a lo que podría ocurrir en un partido.

Esta metodología busca que el niño conozca la realidad del juego y que el mismo tome en cuenta que el fútbol es un deporte de espacio compartido por compañeros y rivales, con el objetivo de marcar un gol, además intentar relacionar con sus compañeros Sans y Frattarola (2007) citado por (Pascual, Alzamora, Martínez, & Pérez, 2015), nos dice que “el método global incide en aspectos técnicos, tácticos y físicos”, esto quiere decir que llevarlo a la práctica el formador no solo está enseñando aspectos técnicos, si no el jugador trabajará aprenderá todos los aspectos del juego, trabajando en la motivación y la voluntad del mismo.

2.3.3 Periodización táctica

Para (Tamarit, 2007) la periodización táctica es una “metodología cuya preocupación primaria es el jugar que un equipo pretende producir en la competencia. Es por ello que el modelo de juego se asume como guía de todo el proceso”, es decir, que la responsabilidad de las sesiones de entrenamiento va a recaer en el entrenador y como este desea que su equipo se comporte en las distintas facetas de juego, de este modo las estructuras técnicas, físicas y psicológicas va a estar regidas a la táctica, la cual tendrá principio, sub principios y sub-sub principios en función de los distintos momentos de juego: ataque, defensa y transiciones; el entrenador se encarga en cada morfocicló (micro

ciclo) de crear situaciones de juego que él piense que se puedan ocurrir en la competencia.

Se podría decir que esta metodología es de tipo global, con distintas particularidades que el creador Víctor Frade le da en dependencia del modelo de juego, de esta forma la planificación o morfo ciclo va a estar regido por tres principios:

- Principio de progresión compleja, hace referencia a que el avance de los principios del modelo de juego ira incrementando según su comprensión.
- Principio de propensiones, propone generar un hábito en los comportamientos bajo un modelo de repeticiones.
- Principio de alternancia horizontal específica, se puede decir que este principio está muy relacionado con la parte física específicamente con el tipo de contracción muscular que van a ocurrir durante las sesiones.

Pero un punto relevante en el desarrollo de este proyecto de investigación es la técnica, y como esta es vista desde esta metodología para lo cual es importar citar a (Tamarit, 2007) quien cita a Calvo (2002) “el niño necesita un contextos de juego antes de ejercitar la técnica pura”, lo que nos quiere mencionar es la importancia que tiene un contexto real para la enseñanza y la reproducción de la misma, esta metodología ve a la técnica como algo muy relevante pero debe estar regida a situaciones reales de juego, para que al momento de ejecutarla sea lo más familiar posible y no tenga problemas en la toma de decisiones, es por ello que busca que el entrenador intervenga lo menos posible en los patrones motores de cada jugador, le da mucha importancia a lo que el

niño ha aprendido para busca una eficiencia en la acción en favor del equipo y su objetivo de ser superior a su rival.

2.3.4 Método Coever

Esta metodología fue creada por un entrenador holandés Wiel Coever, quien se basó en la técnica de distintos jugadores para la creación de una pirámide de desarrollo del jugador la cual potencia la técnica y la táctica en cada jugador, esta pirámide tiene seis pasos los cuales se deben cumplir en las distintas sesiones de entrenamiento, cada escalón tiene un objetivo a continuación se describe los seis escalones

- El control y dominio de balón, que para según el autor es la parte principal de un jugador para sobresalir en otros aspectos individuales y colectivos, además de crear una confianza en el para poder ejecutar acciones sin preocupación
- Control y pase, busca generar habilidades grupales con la intervención de compañeros es decir asociar lo individual con lo colectivo.
- Juego 1 vs1, se puede asemejar con el fundamento de la conducción y el regate, busca que el jugador desarrolle habilidades individuales, pero en función de lo colectivo, en los desplazamientos que tendrá dentro del campo de juego.
- Velocidad, la cual no solo se la observa como física sino, desde el punto de vista mental en la toma de decisiones dentro del juego, además de ser trabajada como capacidad física.
- Finalización, busca el desarrollo del tiro como aspecto relevante del juego para marcar el gol.

- Juego grupal, este es la cumbre de la pirámide conseguir que todos los escalones anteriormente mencionado se integren en el juego, además de dividir en grupos de jugadores que tiene la función de defender y atacar.

Con esta metodología el entrenador busca potenciar la técnica de los jugadores, al igual que la anterior metodología y la mayoría que hoy rigen en el fútbol busca la intervención del instrumento en todo momento, de este modo el desarrollo técnico va a estar garantizado.

2.3.5 Microciclo estructurado

Una metodología creada por PACO SERIUL-LO, quien durante años trabajo en deportes individuales como el atletismo, se unió al fútbol a uno de los mejores equipos de la historia reconocido por su juego como es el Barcelona de Guardiola, toda la experiencia aprendida la llevo a crear esta metodología, en donde ven al Humano Deportista como la parte principal y fundamental del proceso de desarrollo. Para este autor el fútbol es un deporte no lineal el cual siempre va a ser impredecible es por esto que le da distintos principios como es la globalidad y la incertidumbre, entre otros.

La característica principal de esta teoría es que ve al fútbol más allá de lo físico, técnico, táctico y psicológico; el jugador es mucho más que eso, y es sumamente necesario el desarrollo en distintas facetas, es por ello que se crean las estructuras las cuales deben ser desarrolladas de manera conjunta, y holística, a continuación se describe las estructuras:

- ❖ Estructura bioenergética, esta estructura hace referencia a la energía que necesita un ser humano para vivir, y su relación con la alimentación y el descanso.

- ❖ Estructura condicional, esta estructura tiene que ver con las capacidades físicas, es decir: la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad, partiendo que estas se deben trabajar de manera conjunta, ya que en la competencia ninguna de estas será ejecutada de manera separada.
- ❖ Estructura coordinativa, dentro de esta metodología es muy importante esta estructura ya que es el soporte de la técnica individual y coordinativa, busca del mejor desarrollo a nivel colectivo.
- ❖ Estructura cognitiva, es una de las más importantes y de algún modo nueva con referencia a otras metodologías busca que el deportista no solo conozca el juego sino, su comprensión e interpretación, para conseguir una toma de decisiones correctas.
- ❖ Estructura socio –afectiva, la relación del individuo con el equipo y la integración del mismo en busca de un entorno cómodo para su desempeño
- ❖ Estructura emotivo-volitiva, vista como una estructura donde busca tener un equilibrio en las emociones y deseos que desea alcanzar, busca generar el gusto del jugador por el juego, además controlar sus emociones durante una competencia, es decir que estas no afecten en el proceso de toma de decisiones.
- ❖ Estructura creativo-expresiva, busca una relación con el equipo de forma distinta a las conocidas, es decir influye en la comunicación que tienen los integrantes del equipo la cual debe ser única, además de que cada uno es libre de manejar la técnica adecuada para su desempeño óptimo a nivel colectivo.
- ❖ Estructura mental, es la comprensión de lo que el jugador quiere en el presente y futuro.

Ahora, la técnica desde el punto de vista de esta metodología va estar enfrascada en Situaciones Simuladas Preferenciales, esto quiere decir que siempre va a tener un contexto de juego con aquellas situaciones reales que posiblemente puedan suceder, pero en cada una de estas tareas debe estar la integración de las estructuras nombradas anteriormente, permitiendo un desarrollo del deportista ya que es el eje central de todo, a diferencia de la periodización táctica donde el modelo de juego es lo primordial. El entrenador deberá crear situaciones en donde el jugador mediante la exploración y descubrimiento alcance una respuesta y no donde solo tenga que ejecutar una acción repetidamente, además de que las mismas siempre deben tener variabilidad.

2.4. Ejercicios en espacio reducido

2.4.1 Futbol como juego colectivo

Conociendo que el futbol es un deporte el cual se realiza en un espacio compartido por compañeros y rivales los cuales interacciona entre si ya sea en colaboración u oposición, es muy difícil verlo de forma separada ya que se descontextualizaría el juego lo cual no beneficiaría el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las nuevas metodologías se basan en que “el todo es más que las sumas de las partes” es lo que propone La teoría de sistemas dinámicos la cual ve al desarrollo motor como la suma de subsistemas para alcanzar el objetivo, es por ello, que los métodos globales son los que rigen, ya que proponen que dentro del entrenamiento las tareas deben estar contextualizadas y con una relación de donde estas puedan suceder.

Conociendo que la actualidad no está regida por métodos analíticos los cuales no brinda una garantía en deportes colectivos como se puede dar en deportes individuales

ya que en su mayoría es relevante la técnica ideal para alcanzar una puntuación o realizar un movimiento con un gasto energético mínimo; debido a esto es importante que el jugador obtenga la mayor información posible para que la misma pueda ser usada durante el proceso de toma de decisiones, generando niños con un alto grado de cognición de juego ya que van a enfrentarse permanentemente a situaciones cambiantes, ya que el fútbol es un sistema no lineal lo cual quiere decir que es sumamente impredecible y ese factor está presente desde tempranas edades hasta el alto rendimiento, es por esta razón la importancia de un aprendizaje diferencial, el cual propone que el jugador debe ser expuesto a un sin fin de acciones para que de esta forma él pueda dar soluciones potenciales.

En el fútbol va a tener diferentes etapas, en donde van a intervenir distintos aspectos en base a la metodología ya sea la que concibe como, físico, técnico, táctico y psicológico o por estructuras las cuales se mencionó en la primera parte, estas etapas deben cumplir un objetivo determinado según (FIFA, 2013) la etapa de iniciación se enfoca dominar diferentes recursos técnicos a través del juego, esto quiere decir que el jugador dentro de un contexto global ira desarrollando sus fundamentos y bases técnicas, pero un aspecto que no se toma en cuenta es que el jugador debe tener un desarrollo integral durante todo el proceso, en dependencia a la edad se va a focalizar en un aspecto pero sin dejar de lado los otros, ya que el en todas las etapas quien debe ser el eje central de la metodología es el Jugador, y se trabaja en función de que el mismo obtenga la mayor cantidad de recursos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos, o ya sea estructuras

2.4.2 Espacio reducido

Previo a la revisión de esta temática se realizó una pequeña introducción sobre el fútbol como un juego colectivo el cual se puede resumir mencionando que es un conjunto de sistemas en este caso esos sistemas son los jugadores, los cuales buscan cumplir un objetivo en base a su interacción, ahora para (Caro Muñoz, 2014) quien cita a dos autores el primero (Parelebas, 2001) menciona que “son situaciones lúdico-deportivas” y (Wein, 1995) menciona que “que interactúan de forma conjunta todos los elementos del juego de manera flexible”; partiendo de estas dos premisas la conclusión a la que se puede llegar es que los juegos en espacio reducido son tareas utilizadas en el fútbol de tipo global, donde va a existir un aprendizaje significativo, una definición mucho más clara es la que podemos encontrar en (Caro Muñoz, 2014) quien cita a (Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri y Coutts, 2011) los cuales definen a los small-sided games como “juegos modificados que se desarrollan en áreas reducidas, a menudo con reglas adaptadas y con la participación de un número menor de jugadores”, estas tareas resultan ser transferibles al juego ya que tiene características del mismo, se desarrolla en un espacio compartido en donde existirán participación simultánea además de existir el factor de incertidumbre donde se ejecutaran acciones inesperadas, esto representa una similitud con aquellos hechos a desarrollarse en una competencia.

Estos juegos en espacio reducido tendrán una acción simultánea de los componentes del fútbol como es el aspecto técnico, físico, psicológico y táctico, pero va a estar en dependencia del entrenador según modificaciones que este coloque en las tareas cuál de estos componentes va a tener prioridad a la hora del entrenamiento, en principio se lo utilizo únicamente para un desarrollo técnico -táctico ya que es idónea en el desarrollo

de estos dos compones ya sea para el futbol base o el de alto rendimiento, esto debido a que durante la ejecución de la tarea el jugador tendrá múltiples contactos con el balón en distintas situaciones las cuales tendrá que resolver según el objetivo propuesto.

Hoy en día este tipo de tareas no solo se lo utiliza para el desarrollo de componentes técnico y táctico, si no que diferentes estudios revelan la importancia que genera a la hora de ser utilizados en distintas capacidades por ejemplo en una recopilación bibliográfica e investigación (Olivares, 2016) nos da una receta de las diferentes variables a colocar para que exista el desarrollo de capacidades físicas, como por ejemplo: para un trabajo de resistencia es recomendable utilizar cuatro o menos jugadores en espacios amplios, para el trabajo la velocidad es recomendable utilizar de ocho a diez jugadores los cuales deben actuar en espacios amplios, y para el trabajo orientado a la fuerza es recomendable usar de tres a dos jugadores en espacios pequeños; esto ratifica que este tipo de tareas van a brindar un desarrollo completo dentro de un contexto muy similar al juego, lo cual permite que el jugador esté preparado para responder ante cualquier situación que se le presente.

Pero un apartado importante es la toma de decisiones a la hora de ejecutar este tipo de ejercicios, ya que cuando un jugador tiene que ejecutar este proceso, la información recibida por los distintos estímulos que van a ser percibidos por los órganos sensitivos, dentro del futbol el más utilizado por los deportistas es la visión ya sea esta central, la cual va a estar caracterizada por no recolectar demasiada información pero la que percibe va a ser muy clara y precisa además de contener muchos detalles, mientras que la periférica va a caracterizarse por una recolección mayor de información pero esta información no va hacer clara ni mucho menos rica en detalles, esa información ingresa

al proceso de **decisión** y **ejecución**; es ahí donde tiene importancia este tipo de tareas ya que el jugador podrá decidir más rápido si la acción es conocida, es decir si el jugador tuvo alguna vivencia de la misma y encontró un resultado, lo que no complica al jugador dándole velocidad en su decisión, mientras que si la situación no es conocida el jugador podrá de igual forma decidir de forma exitosa ya que a trabado en contextos similares, es decir espacio donde interviene compañeros y rivales, lo que no ocurre con los ejercicios de tipo analítico ya que al presentarse un problema (situación de juego) el jugador no tendrá los recursos para poder decidir de forma óptima.

2.4.3 Ventajas de la utilización de ejercicios en espacio reducido

Durante este parte de la investigación se ha conocido muchos beneficios de los ejercicios en espacio reducido para los niños, pero ninguno ha sido detallado, para brindar un mejor entendimiento, a continuación se detalla alguna de que para los siguientes autores son las más relevantes (Gómez Rodríguez, 2016) y (Almagro & Moreno, 2017) quien cita a (Little 2009).

❖ Mayor motivación de participación de los jugadores

El hecho que posea mucha similitud con el juego genera un placer por jugar en quienes realizan la tarea, esto debido a que van a tener la oportunidad de tener mucho más contacto con el balón, relacionarse con los compañeros mediante el pase, ejecutar acciones de uno vs uno, en donde va a mostrar habilidades propias para conducir y driblar a los rivales, además de que en la mayoría de juegos reducidos existe el factor competitivo lo que le da un plus aun mayor ya que todos buscan la victoria, y todo esta se acompaña para generar más motivación en la libertad que va a tener cada uno de

ellos dentro de tarea para realizar acciones de su arsenal o del aprendido sin limitarlos a movimientos específicos.

❖ **Mejora la toma de decisiones**

Esta ventaja fue detallada anteriormente como un punto sumamente relevante para conocer que específicamente son los juegos en espacio reducido, ahora es importante recalcar que los juegos en espacio reducido permiten el desarrollo de la técnica en un entorno contextualizado y adaptativo a las realidades de juego, no específicamente en la ejecución ya que no se espera un “modelo ideal” de los fundamentos, sino en el proceso de percepción y decisión, lo cual genera una reducción en el porcentaje de error dentro del juego colectivo que llega a ser importante ya que no es deporte individual, pero un elemento que en varios estudios se ha revelado que mejorar es el pase, ya que constantemente este fundamento es utilizado en estas tareas. El pensamiento técnico - táctico es perfeccionado en la utilización de estas tareas ya que al desarrollarse acciones similares al juego real, el jugador alcanzara la capacidad de analizar las distintas situaciones de juego y en muchos casos anticiparse a ellas, dándole mayor eficacia en la competencia.

❖ **Mejora conciencia tácticos y técnica**

Tomando en cuenta que dentro de los juegos en espacio reducido coexisten compañeros y rivales, los jugadores van obteniendo fundamentos tácticos básicos si necesidad de una explicación detallada, sino por simple deducción ya que al presentarse a diferentes estímulos el jugador aprenderá a marcar, desmarcase, ocupar espacios

libres todas estas acciones cuando no sea el poseedor del balón, así como con balón a ejecutar cambios de ritmo, paredes entre otros.

Además de cuando el objetivo es desarrollar algún principio táctico será mucho más sencillo ya que el espacio es más reducido, el número de jugadores de igual manera, el jugador podrá ejecutar muchas más veces determinado principio, haciendo mucho más sencilla la tarea para el entrenador, y punto muy importante es que en este tipo de tareas los entrenadores pueden iniciar moldear con el “modelos de juego” utilizando distintas variables u objetivos a cumplir, algo que cada club debería tener de forma obligada, ya que es su identidad ante el mundo deportivo.

❖ **Optimización del tiempo**

Uno de las mayores controversias generadas en los entrenamientos es el tiempo que se debe realizar, durante mucho tiempo este ha sido de dos horas, pero hoy en día en la mayoría de equipos y escuelas de fútbol el tiempo que realiza es similar al de un partido es decir una hora y treinta minutos, lo cual tiene mucha lógica, pero a la vez limita mucho para que el entrenador intente abarcar todo lo que es relevante para ese día, este tipo de tareas son muy eficiente ya que dentro de las mismas entran todas las dimensiones del rendimiento debido a sus especificidad con el juego y a la vez encontramos estructuras como la cognitiva, socio-afectiva, emotivo-volita, creativo-expresiva, entre otras. Haciendo que los entrenamientos además de brindarnos más tiempos para abarcar otros conceptos o tareas, es de tipo lúdico ya que existirá un aprendizaje de por medio.

❖ **La creatividad, o la introducción del “fútbol de la calle”**

Dentro del libro escrito por (Tamarit, 2007) ¿qué es la periodización táctica?, menciona del “fútbol de la calle” , viéndole desde un punto de vista de la creatividad, durante muchos años cuando no existía la escuelas de fútbol que ahora las encontramos en cada barrio, los niños tenían la oportunidad de desarrollarse solos de crear por ellos sin recibir limitación de ninguna índole, eran ellos quienes inventaba sus jugadas y las demostraban frente a sus amigos, es de este modo fue que nacieron tantos grandes jugadores como Pele, Maradona, Cruyff, Ronaldo, quienes impactaron con jugadas de su autoría. Estos ejercicios buscan que no se pierda esa característica en los jugadores en la etapa base, que no omitan su creatividad, sino, que al contrario la misma crezca en espacios pequeños similares a los de la calle, con el objetivo de ganar, intentado realizar jugadas únicas o imitar a sus grandes ídolos, le da un valor realmente importante a que cada niño pueda inventar o realizar lo que este a su alcance, pero para ello es importante tener un formador que no lo limite o que solo se base en dar órdenes, sino, que le aconseje como podría mejorar tal acción, y no limitarlos a un gesto técnico mal llamado “ideal”.

2.4.4 Variables en los juegos en espacio reducido

Dentro de este tipo de tareas se puede encontrar distintas variables al momento de diseñarlas, esto es por su similitud con el juego real el formador o entrenador tendrá la oportunidad colocar al jugador en distintas acciones de juego, es por ello que el entrenador deberá modificar las distintas variables para obtener estímulos deseados, los cuales ayuden a conseguir el objetivo de entrenamiento.

Dentro de este tipo de tareas encontramos distintas variables, pero para (Caro Muñoz, 2014) quien cita a (Little, 2009) son las siguientes:

- Número de jugadores
- Dimensión del espacio
- La presencia de porteros
- La fase de juego (posesión, recuperación...)

Pero adicional se podría añadir a esta lista una variable importante dentro de las tareas para niños en el futbol base como es: la relación con el balón, además de verlo desde el punto de vista técnico, por ejemplo dentro de la tarea se orienta al trabajo del pase, la relación con el balón va a estar dictada por las regla de que el niño no puede ejecutar más de tres contactos con el balón, obligándolo a realizar más pases que desplazamiento con balón; se lo puede ver como la modificación de reglas para alcanzar un tipo de objetivo dentro del juego.

2.4.4.1. Dimensiones

Uno de las variables que se aleja mucho a la realidad del juego es el espacio de intervención de la tarea ya que como su nombre lo dice es reducido, se aleja mucho al de las competencias, lo que este intenta es brindar estímulos al jugador para que el mismo tenga menos tiempo al momento de decidir, ya que por la distancia los rivales y compañeros van a estar muy más cerca al poseedor del balón reduciendo su tiempo de toma de decisión.

Existen diversos estudios donde nos brindan distancias recomendadas con referencia al número de jugadores que intervienen en la tarea, y sobre todo un aspecto importante

que es el espacio de intervención individual, pero la mayor parte de estas investigaciones esta orientadas a los efectos fisiológicos que se podría alcanzar al poner distintas distancias para la intervención de los jugadores.

Ahora un estudio realizado por (Casamichana & Castellano, 2009) nos da un acercamiento al espacio individual de intervención, lo dividen en tres formas de observarlo grande, mediano y pequeño; y los beneficios que tiene cada uno de los mismo, pero todo ello va a estar en dependencia de lo que el entrenador desee conseguir, es decir el objetivo que este busca, de esta forma encontramos que en espacios grandes se puede visualizar mucho más acciones en conjunto de forma individual, como por ejemplo control y pase, control, conducción y pase, entre otras, esto se debe a que el jugador tendrá mucho más tiempo y más espacio para ejecutar una acción.

Mientras que en espacios pequeños se puede observar que el jugador tendrá muchos más contactos con el balón pero en elementos únicos como es la conducción, el control y el pase, ya que el espacio es mucho más limitado para encontrarse con un rival, y un espacio mediano tiene resultados medios con referencia a grandes y pequeños, pero el espacio individual de intervención va a estar dictado por el objetivo que se intenta cumplir. Y uno de los parámetros a tomar en cuenta es la distancia de la competición en el Ecuador el reglamento (F.E.F, 2018) para la categoría sub 12 es de hasta 90 metros y de ancho hasta 60 metros, lo que nos da un espacio aproximado de intervención por cada jugador de 245 metros cuadrados; lo cual va ser un valor para la modificación del espacio a la hora de diseñar las tareas.

Pero en realidad este número obtenido no va a tener mucha relevancia ya que como se ha venido mencionando durante toda este proyecto de investigación, el futbol es un

deporte impredecible y cambiante, es por ello que ese espacio cada vez va a variar y muy difícilmente será el mismo que se propone en la tarea, ya que en las distintas situaciones de juego el jugador podrá tener más o menos rivales o compañeros lo cual reduce el espacio de intervención, a la hora de un diseño técnico hay que partir por el estudio presentado anteriormente, pero todo va a estar en dependencia del formador y como este piensa que podría obtener mucho más beneficios con respecto al objetivo técnico dentro del contexto colectivo.

2.4.4.2. Números de jugadores

Los ejercicios en espacio reducido como se ha mencionado previamente tiene una gran similitud con el juego real, esto debido a que existe intervención de compañeros y rivales, la propuesta de estas tareas es asemejar lo máximo posible a la realidad, es por esto, que a la hora de crear juegos en espacio reducido es muy importante tomar en cuenta la variable de número de jugadores, lo cual va a estar dado por parte del entrenador quien deberá tomar en cuenta cuantos jugadores deben intervenir en cada equipo para alcanzar el objetivo, pero de igual manera es importante tomar en cuenta la variable anteriormente mencionada el espacio, y mucho más relevante el espacio individual de intervención ya que esto dará la pauta para que el jugador tenga menor o mayor espacio-tiempo a la hora de la ejecución cualquier elemento técnico-táctico, lo que está relacionado con la misma relevancia con el proceso de toma de decisiones.

Existen diversos estudios los cuales no brindan los beneficios de utilizar determinado número de jugadores, por ejemplo en una recolección teórica realizada por (Abad Robles, Fernández Espínola, & Giménez Fuentes-Guerra, 2019) nos muestra los resultados de

diferentes estados con referencia a esta variable, por ejemplo dentro del igual número de jugadores estos autores citan ha (Jones y Drust, 2007) mencionan que “cuanto menos jugadores, mayor número de contactos de balón”; algo muy similar a lo que menciona (Katis y Kellis, 2009), que mencionan elementos técnicos como regates, pases cortos, tiros a portería y portería con la variante de tener menor número de jugadores, mientras que (Owen, Wrong, Paul y Dellal, 2014) quienes que mencionan otra variable la cuales la mayor cantidad de jugadores, existe elementos técnicos como el pase largo. Lo que estos estudios brinda es muy mayor acercamiento de como confeccionar las tareas en pro del objetivo, orientándolo a la técnica es de mucha relevancia utilizar menor número de jugadores ya que de este modo encontramos más acciones de tipo individual, 2 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 4, nos brinda una mayor cantidad de conducción (regates), pases y control, ya que los jugadores no tiene como limitante el espacio de intervención individual, pero a su vez es muy relevante el tener gran número de jugadores como 6 vs 6, 7 vs 7, ya que debido al limitado espacio el jugador deberá ser mucho más rápido al momento de tomar decisiones, obligándolo a no utilizar muchos recursos técnicos, siendo el control y el pase los elementos técnicos de relevancia a la hora de la ejecución de la tarea con esta variable.

A la hora de utilizar juegos con superioridad numérica, los cuales se pueden realizar colocando más jugadores en un equipo, o usar a comodines ofensivos, jugadores que apoyan al equipo poseedor del balón en el mantenimiento del mismo, estudios demuestran que los jugadores van a tener más espacio para la toma de decisiones, además de encontrar un mayor número de pases durante la posesión.

2.4.4.3. Manipulación de reglas

Durante las sesiones del entrenamiento el entrenador tiene la obligación de crear tareas en donde cumplan con las necesidades de los jugadores, para lo cual este debe ser muy creativo a la hora de diseñar un ejercicio orientado al desarrollo de un fundamento técnico o principio táctico, este tiempo de tareas de índole reducido y específicas se caracteriza por la gran manipulación de reglas, limitando en mucho de los casos al jugador a efectuar uno o dos elementos técnicos, permitiendo así la adaptación a diferentes contextos del juego, y las necesidades a la hora de tomar decisiones.

Es de esta forma que los entrenador generan más desarrollo de los elementos técnicos dentro de los juegos en espacio reducido, así existen distintos estudios en donde podemos encontrar que a menos contactos con el balón, este se tiende a perder un mayor número de ocasiones, lo que significa menos pases; mientras que cuando el entrenador coloca reglas antes de rematar como por ejemplo: seis pases antes de rematar, los jugadores se asocian más, existiendo más contactos por parte del jugador, además de aumentar el número de jugadores implicados en acciones de juego, por consecuencia el número de pases será mayor, al igual que los controles, de esta forma el entrenador podrá darle una mayor atención a un elemento técnico específico sin dejar de lado los otros elementos técnicos, ni mucho menos los contextos semejantes al juego real, y el desarrollo cognitivo es mayor durante el proceso de toma de decisiones.

2.4.4.4. Porterías

Como se ha venido mencionando durante la mayor parte de este proyecto la característica principal de las tareas en espacio reducido es la similitud que tienen con el

juego real, es por ello que dentro del desarrollo de estos juegos se puede o no añadir porterías, las cuales podrán ser de tamaño normal o simplemente pequeñas según lo que el entrenador busque, ya que durante el diseño de la tarea y en base a lo que se pretenda desarrollar, las porterías van a tener una importancia relevante.

Durante la selección de información por parte de (Abad Robles, Fernández Espínola, & Giménez Fuentes-Guerra, 2019) nos mencionan a diversos autores los cuales mencionan beneficios de contar con porterías, por ejemplo citan a (Costa, 2010) quien nos dice que al reducir el tamaño de la portería, las acciones individuales tendrán un crecimiento notable dentro de la tarea, como es la conducción para intentar llegar a portería, así como lo colectivo primo para alcanzar una finalización.

Así también el lugar en donde van a estar dispuestas las porterías dentro del juego, tendrá un papel relevante a la hora del diseño, ya que en la misma recolección de datos otros autores mencionan que si la presencia de las porterías son en los pasillos laterales, los jugadores intentaran que el juego se oriente mucho menos por el pasillo central. Otro aspecto importante es la presencia de varias porterías beneficiando en ejecución de remates en un mayor número, además de un incremento en la atención de los jugadores, lo cual beneficia en el desarrollo de principios tácticos, al igual que al tener porterías en distintos sectores la asociación entre jugadores será mayor, lo cual beneficia en el incremento de acciones colectiva como el pase.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación destinada a este proyecto por sus características es Cuasi-experimental, para (Bono Cabré, 2012) quien cita a (Hedrick, 1993) quien los define como “tiene el mismo propósito que los estudios experimentales: probar la existencia causal entre dos o más variables” partiendo de este acercamiento al diseño de investigación utilizado este proyecto se relaciona con la misma debido a que va a medir el grado de influencia que tiene la variable dependiente: ejercicio en espacio reducido, en la variable independiente: aprendizaje de los elementos técnicos; esto mediante un pre test de elementos técnicos como el pase, el control y la conducción, posteriormente se aplicara la variable dependiente, para que al final de la propuesta 20 sesiones de entrenamiento, en donde la parte fundamental es la de ejecutar distintas tareas de juegos en espacio reducido, para después de ello tomar un post test de los mismos elementos técnicos, y con las mismas características,

Por esta razón es necesario utilizar un instrumento que mida el índice de relación que va a tener una variable con la otra, conociendo que las pruebas son las mismas, la diferencia es que van a ser tomadas después de realizar un plan (tratamiento), el instrumento elegido es la prueba de rangos con signos de Wilcoxon.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

La población que fue considerada para este proyecto de investigación pertenecen a la categoría sub 12 de la Escuela Sociedad Deportiva Aucas ubicada en el complejo del club junto al Estadio Gonzalo Pozo Ripalda, ubicado al sur de la ciudad de Quito, en el sector de Chillogallo, el cual es un club perteneciente a la primera división del fútbol ecuatoriano.

3.2.2 Muestra

La escuela de Aucas tiene alrededor de 20 niños en la categoría sub 12, este número es oscilatorio ya que tiene la accesibilidad de ingresar o retirarse en cualquier momento, es por esta razón se eligió a 15 chicos que han permaneció en la escuela desde el año anterior lo que va hacer mucho más factible el estudio, estos niños corresponden a las edades de 11 y 12 años quienes tienen aspiraciones de formar parte de las formativas del club, es decir ingresar en el proceso hacia el alto rendimiento.

3.3. Instrumentos de investigación.

El principal instrumento será los test técnicos lo cuales serán la parte fundamental para medir el desarrollo de los elementos técnicos como el pase, el control y la conducción; además la propuesta de ejercicios en espacio reducido en 20 sesiones.

3.3.1 Variable independiente (Test aplicados)

Test para la evolución de los elementos técnicos, los cuales son aplicados en dos ocasiones, es decir un pre test y un post test.

3.3.1.1 Test de pase

Descripción de la prueba

Realización correcta del golpe de pie, ejecutando en el menor tiempo posible y con el mayor grado de precisión del pase, para que pueda ingresar en las porterías; la prueba se la realiza con pierna izquierda y pierna derecha; se contabiliza los aciertos.

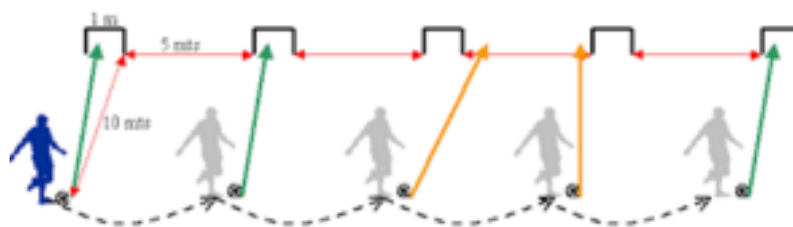


Figura 2 Test de pase

Protocolo

- La prueba iniciara con el jugador a un costado del balón, quien al escuchar el silbato empezara con la prueba de derecha hacia izquierda, estos cinco intentos serán con la pierna derecha, para después ejecutar de izquierda a derecha utilizando la pierna izquierda.
- El niño intentara que los balones ingresen en las cinco porterías, es decir que tendrá diez intentos (cinco con pierna derecha, cinco con pierna izquierda), para lo cual dispondrá de 30 segundos para concluir con la prueba. Los aciertos serán los contabilizados, mientras que los errores no afectaran en el resultado final.
- Las distancias de separación entre porterías será de tres metros, mientras que la distancia del balón a la portería será de diez metros, el pase se lo deberá realizar lo más posible a ras de suelo.

Consideraciones técnicas

- El jugador deberá estar cerca del balón para iniciar la prueba y muy atento ante el silbato, iniciara con su pierna hábil.
- La prueba finalizara cuando el jugador haya terminado con los diez pases de precisión, o a su vez por el tiempo de ejecución, el cual es muy amplio para no ser cumplido.
- El jugador puede utilizar la superficie de contacto que crea conveniente, no existe ninguna restricción ante eso.
- Los golpeos (pases) serna de forma seguida el jugador no podrá pararse, entre golpeo, de ser así la prueba iniciara nuevamente.
- Se deberá anotar los aciertos en el total de la ejecución

Elementos

- Cinco miniposterías
- 10 balones
- Platos
- Cronometro, silbato

3.3.1.2. Test de conducción

Descripción de la prueba

La ejecución correcta al momento de desplazarse con el balón entre los obstáculos (estacas) en el menor tiempo posible, utilizando las dos piernas.

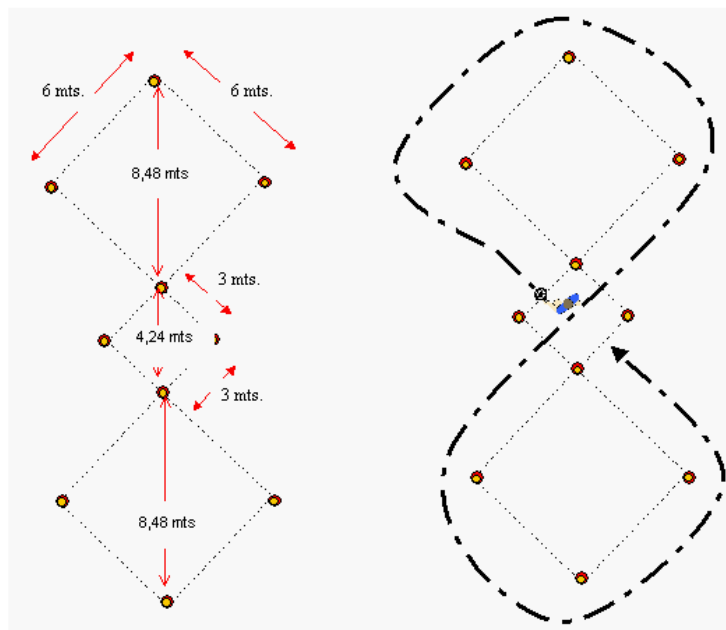


Figura 3 Test de conducción

Protocolo

- La prueba iniciara con el balón en a los pies del jugador, a la señal realizara el recorrido el cual tiene similitud a un 8 como se muestra en la imagen pasando entre los conos (que se asemejan a un arco) las cuales tienen una distancia de 1,50 metros.
- El niño podrá utilizar superficies de contacto tales como el borde interno y externo, y deberá usar sus dos piernas.

Consideraciones técnicas

- El jugador estar situado con el balón en sus pies e iniciara la prueba cuando escuche el silbato, en ese momento iniciara el tiempo para realizar la prueba.

- La prueba finalizara cuando el niño llegue al punto de partida, se tomara en cuenta el tiempo que se tomó para terminar la prueba.
- No puede realizar ninguna pausa durante la prueba, si este fuese el caso se tendrá que iniciar nuevamente, además solo tiene un máximo de dos equivocaciones.

Elementos

- 16 conos
- 1 balón
- Cronometro, silbato

3.3.1.3. Test de control (recepción)

Descripción de la prueba

Ejecutar un excelente control con el pie para que de esta manera se pueda ejecutar la mayor cantidad de repeticiones durante 30 segundos.

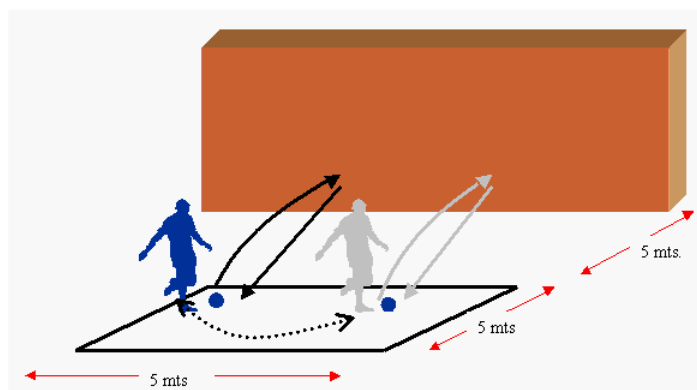


Figura 4 Test de control

Protocolo

- La prueba inicia con el jugador con balón en un área delimitada (cuadrado) de cinco metros en cada lado, el cual será el lugar donde el jugador deberá receptor el balón, si este sale del mismo el control no será contabilizado.
- El jugador lanzara el balón contra una pared ubicada a una distancia de cinco metros, realizara esto para que el balón regrese y de esta manera el jugado pueda controlar, contara con dos balones ya que si uno de estos saliera del cuadrado a una distancia considerable se deberá utilizar el otro balón.
- El tiempo se limita a los treinta segundos en donde el jugador debe realizar la mayor cantidad de controles y lanzamientos, se contabilizara aquellos controles que sean dentro del cuadrante.

Consideraciones técnicas

- La posición inicial será la del jugador con balón, al escuchar el silbato este iniciara con la prueba lanzado el balón contra la pared y ejecutando lo mismo por treinta segundos.
- El jugador podrá controlar el balón con cualquier superficie de contacto, si esta no fuese el pie también será contabilizada.
- Los lanzamientos del jugador tomaran importancia ya que en base a esto, se podrá realizar la mayor cantidad de controles.
- El jugador no podrá salirse del cuadrado, es por ello que tendrá dos balones.

- El jugador no debe tener pausas, si sus dos balones se encuentran a una distancia extensa el instructor (entrenador) será quien proporcione otro balón.

Elementos

- 5 platos
- Tres balones
- Pared
- Cronometro, silbato

3.3.2 Variable dependiente (plan de ejercicios en espacio reducido)

Durante el proyecto de investigación propuesto, está contemplado la ejecución de 20 sesiones de entrenamiento donde se encuentran distintas tareas en espacio reducido orientadas al desarrollo de los elementos técnicos del pase, el control y la conducción, a continuación, se describen las sesiones de entrenamiento, dándole una mayor explicación a las tareas en espacio reducido.

3.3.3 Sesiones de entrenamiento



ESCUELA
SOCIEDAD
DEPORTIVA
AUCAS

Categoría sub 12

Coordinador

Día

lunes
1

Camilo Benavides

Edison Cevallos

Hora

16:30 –
18:00

MATERIAL conos platos chalecos Estacas balones arcos cinta/escalera/vallas

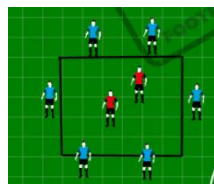
CALENTAMIENTO

5' Movilidad articular

3' Estiramiento

5' Coordinación y velocidad

7' Rondo 6 vs 2



PARTE PRINCIPAL

Fundamento

**Conducción, Control,
Pase**

Fundamento

**Conducción, Control,
Pase**

Distancia
10 x 8
Dura.
15'

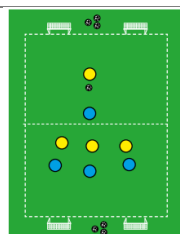
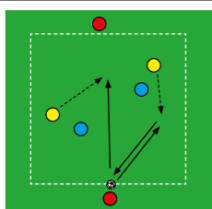
Organización: 2 contra
2, 2 Comodines

Distancia
14 X 12
Dura.
25'

Organización: 4 contra
4, dos mini porterías

Desarrollo: Dentro del rectángulo se enfrentan el equipo azul vs amarillo, quienes tendrán que mantener la posesión por 10 pases seguidos para alcanzar un gol, así podrán apoyarse con los comodines externo quienes beneficiarán en la fase de posesión, generando un mayor trabajo para el equipo que se encuentre en fase de recuperación.

Desarrollo: El ejercicio se desarrolla en un rectángulo el cual estará dividido en dos zonas, en donde en la primera encontramos 3 vs 3, y en la segunda zona encontraremos 1 vs 1, en la zona 1 el gol tendrá un valor doble, y en la zona 2 tendrá un valor único pero para conseguirlo es necesario completar 4 pases consecutivos.



PARTE FINAL

15' Partido Formal

5' Remates

8' Estiramiento

OBSERVACIONES



ESCUELA SOCIEDAD
DEPORTIVA
AUCAS

Categoría sub 12

coordinador

Día

Martes
2

Camilo Benavides

Edison Cevallos

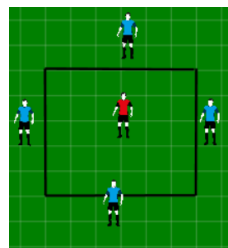
Hora

16:30 –
18:00

MATERIAL conos Platos chalecos Estacas balones Arcos cinta/escalera/vallas

CALENTAMIENTO

- 5' Activación libre con balón
- 3' Estiramiento
- 5' Multisaltos (fuerza explosiva)
- 7' Rondo 4 vs 1

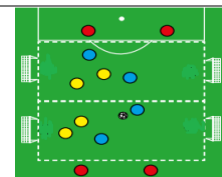
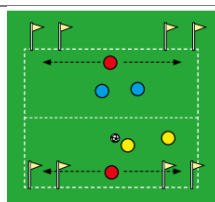


PARTE PRINCIPAL

Fundamento	Conducción, Control, Pase	Fundamento	Conducción, Control, Pase
Distancia 10 x 8 m	Dura. 15' Organización: 2 contra 2, 2 comodines, cuatro miniporтерías.	Distancia 14 X 12	Dura. 25' Organización: 4 contra 4, cuatro miniporтерías, 4 comodines.

Desarrollo: Dentro del rectángulo se enfrentan el equipo azul vs amarillo, los cuales intentaran superar a su rival mediante pases y sobre todo a los comodines que son defensivos y van intentar evitar que los jugadores atraviesen las mini porterías en conducción, favoreciendo al 1 vs 1

Desarrollo: Se desarrolla en un espacio donde interactúan en conjunto el equipo azul vs el rojo, quienes tendrán cuatro opciones de pases externos por parte de los comodines, quienes ayudar a conseguir una cantidad de 6 pases para poder realizar un gol en cualquiera de las porterías mencionadas.



PARTE FINAL

15' Partido pierna inhábil

5' competencia de dominio de balón (cascaritas)

8' Estiramiento

OBSERVACIONES

CAPITULO IV

ANALISIS DE RESULTADOS

4.1. Análisis de los resultados del pre test

Tabla 7

Resultados de los test de pase, control y conducción

	NOMBRES	TEST DE CONDUCCIÓN		TEST DE PASE		TEST DE CONTROL	
		Pre test	Post test	Pre test	Post test	Pre test	Post test
1	CEVALLOS CAYAN ANDRES CAMILO	17,34		4		11	
2	CONSTANTE LOPEZ STIVEN ALEXANDER	17,02		5		8	
3	COLLAGUAZO TOLEDO ERICK JERALD	22,16		5		10	
4	CUCHIPARTE IZA ANDERSON ISAMEL	21,48		5		10	
5	ERAZO TROYA ANDRES EDUARDO	19,07		4		8	
6	GONZALEZ ZAMBRANO RONNY JOEL	18,49		5		13	
7	GRANDA MARTINEZ JODIE SAYLEN	20,01		3		12	
8	HIDALGO LLUMIQUINGA KEVIN MARTIN	21,04		3		8	
9	IZA HURTADO SANTIAGO SEBASTIAN	23,45		4		12	
10	MORQUECHO VELEZ ANTONIO DAVID	20,14		3		7	
11	NARANJO VASQUEZ SEBASTIAN JOEL	23,14		2		9	
12	PURUNCAJAS ZUMBA RONALD ALEJANDRO	19,08		3		9	
13	VACA CUMBAJIN JANDRY PAUL	19,92		3		8	

Continúa



14	SALAZAR MOSQUERA HEISSER MILLER	18,13	6	9
15	SANANGO GARCIA STEVE ISAIAS	21,03	3	11

Pre test de pase.

Tabla 8.

Resultados pre test de pase.

CALIFICACIÓN	NUMERO DE ACIERTOS	NUMERO	PORCENTAJE	
Excelente	6	5,2	1	7%
Muy bueno	5,3	4,5	4	27%
Bueno	4,6	3,8	3	20%
Regular	3,9	3,1	6	40%
Malo	3,2	2	1	7%
TOTAL			15	100%

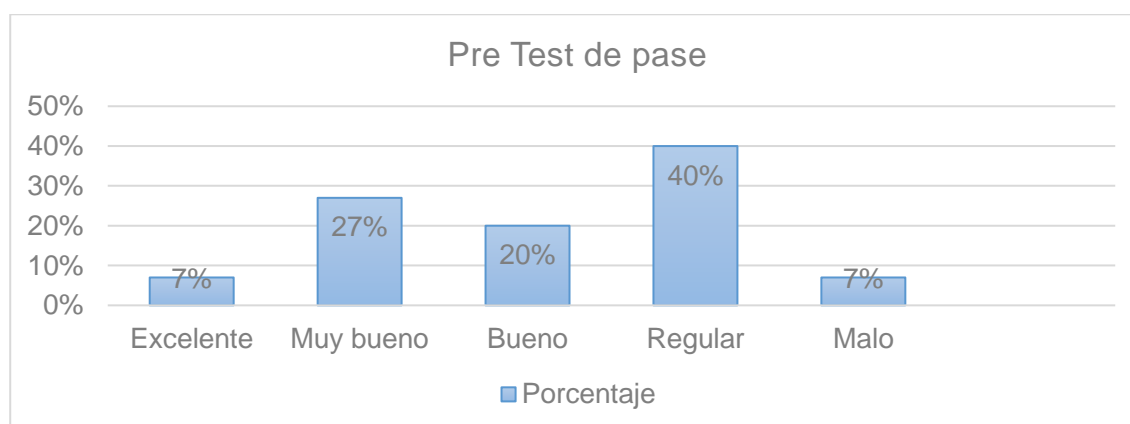


Figura 5 Evaluación del pre test de pase

Análisis.- Del 100% de niños estudiados los cuales equivalen al 15 deportista, al aplicar el test de pase, los resultados nos reflejan, que el mayor porcentaje de la muestra se encuentran en el rango de regular con un 40% lo cual equivale a 6 niños, siguiendo el

rango de muy bueno con un porcentaje del 27% que son 4 niños, así también encontramos en el rango de bueno al 20% de la muestra que equivale a 3 niños, mientras dos rangos se encuentran en igualdad de porcentaje con un 7% cada uno, estos rangos son excelente y malo, esto quiere decir que 1 niño pertenece cada rango del total de la muestra.

Test de control de balón.

Tabla 9

Resultados del pre test de control de balón

CALIFICACIÓN	NUMERO DE ACIERTOS	NUMERO	PORCENTAJE	
Excelente	13	11,8	3	20%
Muy bueno	11,7	10,5	2	13%
Bueno	10,4	9,2	2	13%
Regular	9,1	7,9	7	47%
Malo	7,8	6,6	1	7%
TOTAL			15	100%

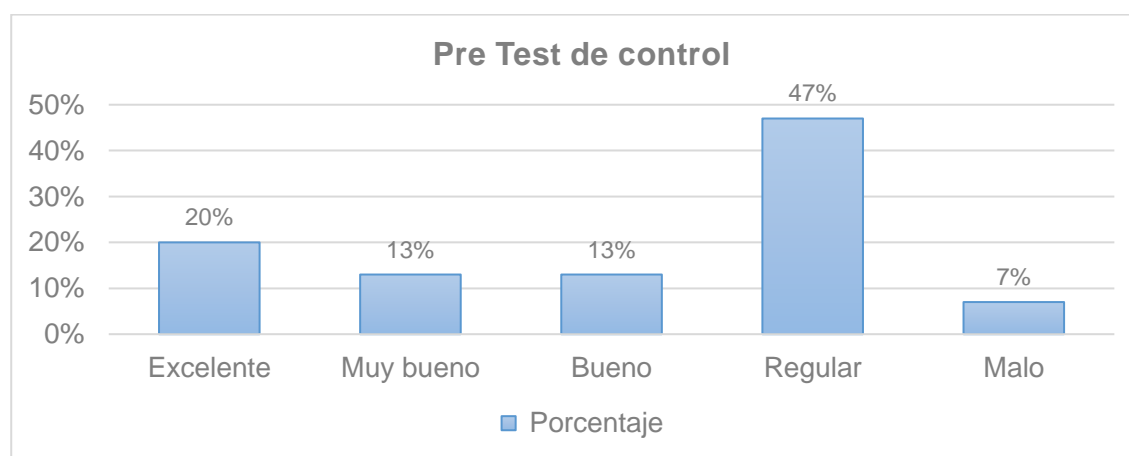


Figura 6 Evaluación del pre test de control de balón.

Análisis.-Del 100% de niños estudiados los cuales equivalen al 15 deportista, al aplicar el test de control de balón los resultados nos reflejan, el mayor porcentaje de la muestra

se encuentran en el rango de regular con un 47% lo cual equivale a 7 niños, siguiéndole a este encontramos el rango de excelente con un porcentaje de 20% que son 3 niños, así también observamos que dos rangos poseen el mismo porcentaje estos son muy bueno y bueno, lo cual equivale a 2 niños en cada rango, de esta forma el ultimo rango malo tiene un porcentaje del 7% equivalente a 1 niño del total de la muestra.

Test de conducción

Tabla 10

Resultados del pre test de conducción

CALIFICACIÓN	TIEMPO		NUMERO	PORCENTAJE
Excelente	17,02	18,31	3	20%
Muy bueno	18,32	19,60	3	20%
Bueno	19,61	20,90	3	20%
Regular	20,91	22,19	4	27%
Malo	22,20	23,49	2	13%
TOTAL			15	100%

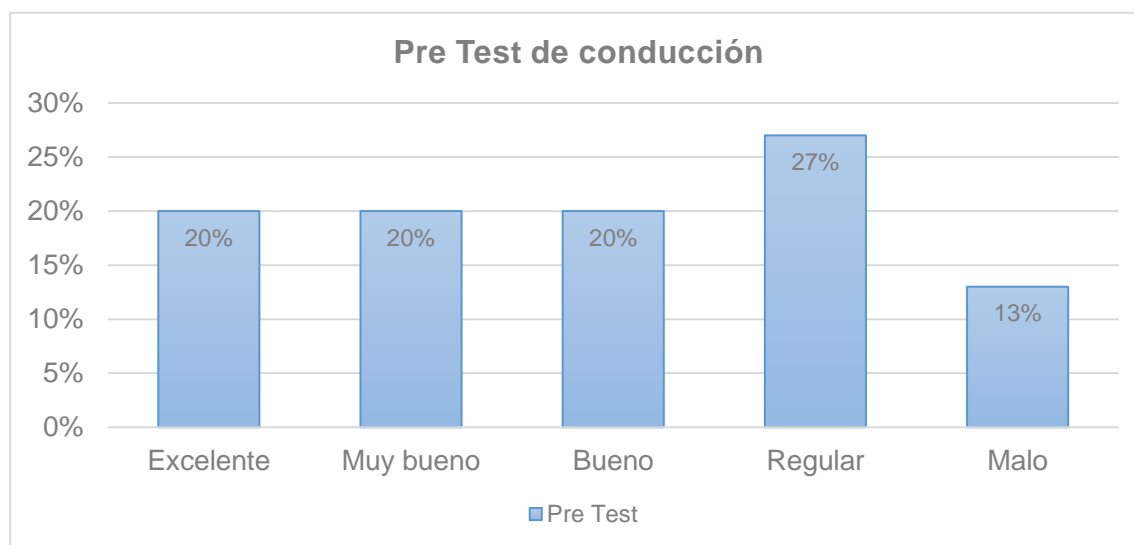


Figura 7 Evaluación del pre test de conducción

Análisis.- Del 100% de niños estudiados los cuales equivalen al 15 deportista, al aplicar el test de conducción de balón los resultados nos reflejan que el mayor porcentaje de la muestra se encuentran en el rango de regular con un 27% lo cual equivale a 4 niños, siguiéndole a este encontramos los rangos de excelente, muy bueno y bueno, los tres con un porcentaje del 20% lo que equivale a tres niños, en cada uno, esta forma el ultimo rango que es malo tiene un porcentaje del 13% equivalente a 2 niño del total de la muestra.

4.2. Análisis de los resultados de pre test y post test

Tabla 11

Resultados de pre test y post test, fundamentos técnicos

	NOMBRES	Test de Conducción		Test de Pase		Test de control	
		Pre test	Post test	Pre test	Post test	Pre test	Post test
1	CEVALLOS CAYAN ANDRES CAMILO	17,34"	17,96"	4	6	11	12
2	CONSTANTE LOPEZ STIVEN ALEXANDER	17,02"	16,66"	5	4	8	11
3	COLLAGUAZO TOLEDO ERICK JERALD	22,16"	20,59"	5	5	10	13
4	CUCHIPARTE IZA ANDERSON ISAMEL	21,48"	18,49"	5	5	10	13
5	ERAZO TROYA ANDRES EDUARDO	19,07"	17,67"	4	6	8	10
6	GONZALEZ ZAMBRANO RONNY JOEL	18,49"	16,86"	5	7	13	17
7	GRANDA MARTINEZ JODIE SAYLEN	20,01"	19,02"	3	6	12	16
8	HIDALGO LLUMIQUINGA KEVIN MARTIN	21,04"	20,65"	3	3	8	9
9	IZA HURTADO SANTIAGO SEBASTIAN	23,45"	22,45"	4	6	12	15
10	MORQUECHO VELEZ ANTONIO DAVID	20,14"	20,49"	3	2	7	9

Continúa 

11	NARANJO VASQUEZ SEBASTIAN JOEL	23,14"	21,79"	2	5	9	14
12	PURUNCAJAS ZUMBA RONALD ALEJANDRO	19,08"	18,33"	3	4	9	12
13	VACA CUMBAJIN JANDRY PAUL	19,92"	19,52"	3	5	8	14
14	SALAZAR MOSQUERA HEISSER MILLER	18,13"	17,37"	6	4	9	11
15	SANANGO GARCIA STEVE ISAIAS	21,03"	20,38"	3	4	11	14

Pre test y Post Test de Pase

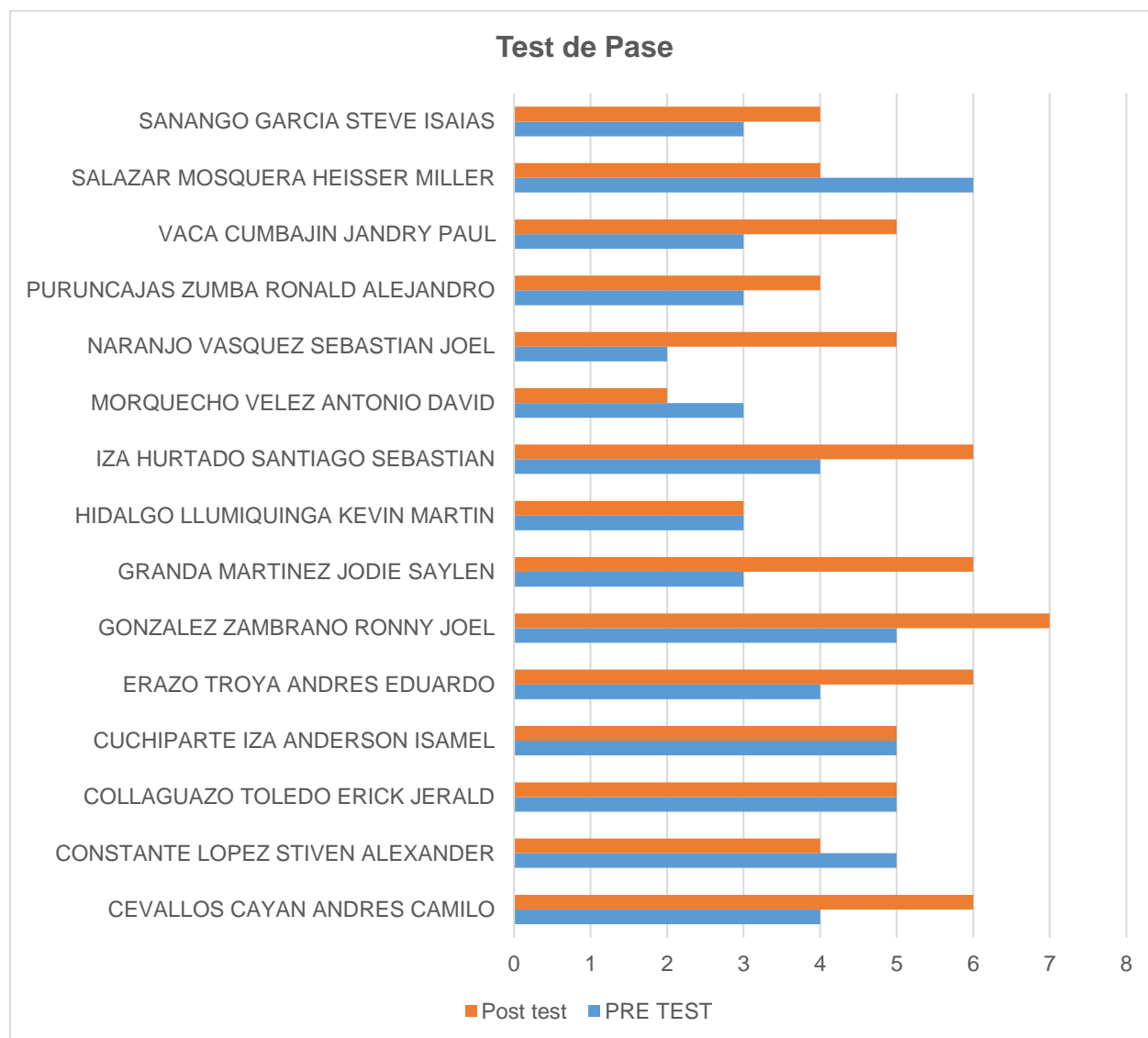


Figura 8 Resultados test de Pase

Tabla 12

Resultados pre test y post test pase

Calificación	Numero de aciertos	Post Test		Pre test		
		Numero	Porcentaje	Numero	Porcentaje	
Excelente	> 6	5,2	5	33%	1	7%
Muy bueno	5,3	4,5	4	27%	4	27%

Continúa



Bueno	4,6	3,8	4	27%	3	20%
Regular	3,9	3,1	1	7%	6	40%
Malo	3,2	2	1	7%	1	7%
TOTAL			15	100%	15	100%

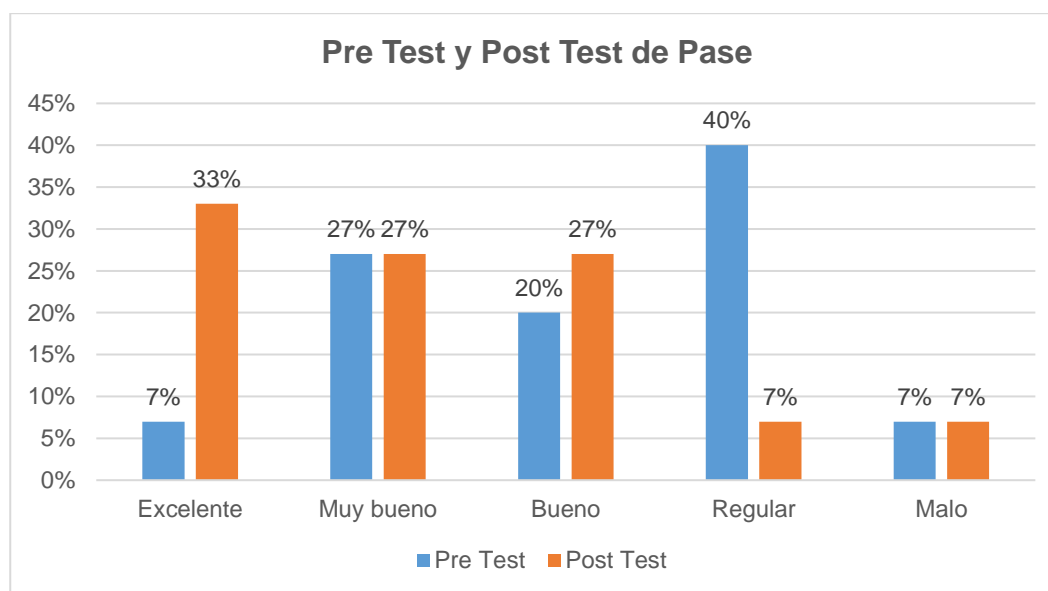


Figura 9 Evaluación de pre test y post test de pase

Análisis.- Del 100% de la muestra que equivale a 15 niños estudiados, una vez aplicado el pre test y pos test de pase, se observa que uno de los rangos que sufrió variación es el rango de excelente así tenemos que en el pre test el porcentaje es del 7% equivalente a 1 niño, después de aplicar las 20 sesiones de entrenamiento este rango incremento a 5 niños lo cual equivale al 33% de la muestra, así también la variación existe en el rango de bueno que en el pre test alcanza un 20% equivalente a 3 niños, al aplicar el plan de entrenamiento este rango incremento a 4 niños lo cual equivale al 27% de la muestra, los rangos como muy bueno y malo se mantuvieron en su porcentaje 27% y 7%

respectivamente, mientras que el rango regular disminuyó su porcentaje en el pre test alcanzó un 40% equivalente a seis niños, al aplicar el plan de entrenamiento esta cantidad se redujo en un niño equivalente al 7% de la muestra.

Pre test y post test de control de balón

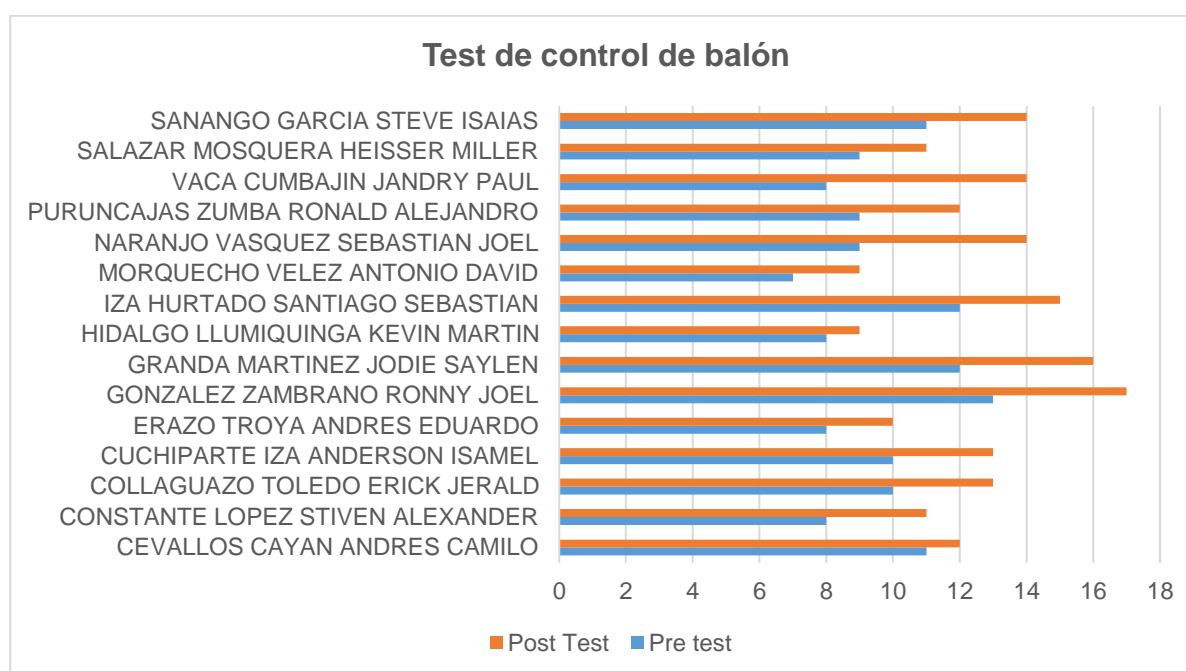


Figura 10 Resultados del test de control de balón

Tabla 13

Resultados de pre test y post test de control de balón

Calificación	Tiempo	Post Test		Pre test		
		Numero	Porcentaje	Numero	Porcentaje	
Excelente	< 13	11,8	8	53%	3	20%
Muy bueno	11,7	10,5	4	27%	2	13%
Bueno	10,4	9,2	1	7%	2	13%
Regular	9,1	7,9	2	13%	7	47%
Malo	7,8	6,6	0	0%	1	7%
TOTAL			15	100%	15	100%

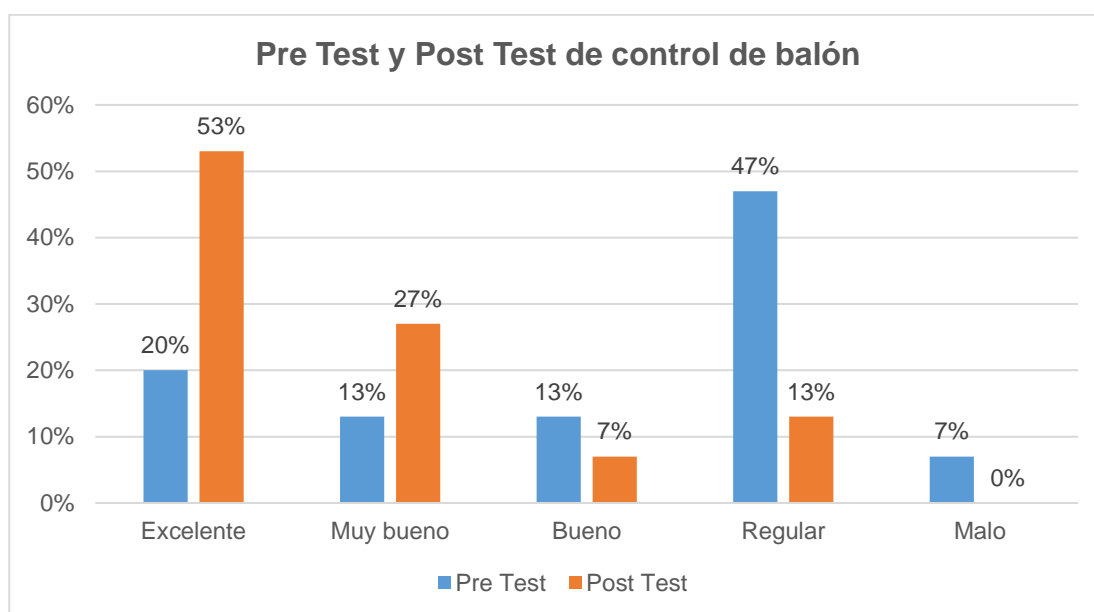


Figura 11 Evaluación de pre test y post test de control de balón

Análisis.- Del 100% de la muestra que equivale a 15 niños estudiados, una vez aplicado el pre test y pos test de control, se observa que uno de los rangos que sufrió variación es el rango de excelente así tenemos que en el pre test el porcentaje es del 20% equivalente a 3 niños, después de aplicar las 20 sesiones de entrenamiento este rango incremento a 8 niños lo cual equivale al 53% de la muestra, así también la variación existe en el rango de muy bueno que en el pre test alcanza un 13% equivalente a 2 niños, al aplicar el plan de entrenamiento este rango incremento a 4 niños lo cual equivale al 27% de la muestra, el rango de bueno tiene una reducción, así en el pre test encontramos a 2 niños equivalente al 13% de muestra, al aplicar el plan de entrenamiento se reduce a 1 niño equivalente al 7% de la muestra, el rango regular sufre una gran variación ya que en el pre test encontramos a 7 niños lo que equivale al 47% de muestra al aplicar el plan de entrenamiento este número reduce a 2 niños lo cual equivale al 13% de la muestra, y el

rango de malo que en el pre test alcanzo un 7% equivalente a 1 niño, después de la aplicación del plan de entrenamiento se reduce a un porcentaje del 0%.

Pre Test y Post Test de conducción

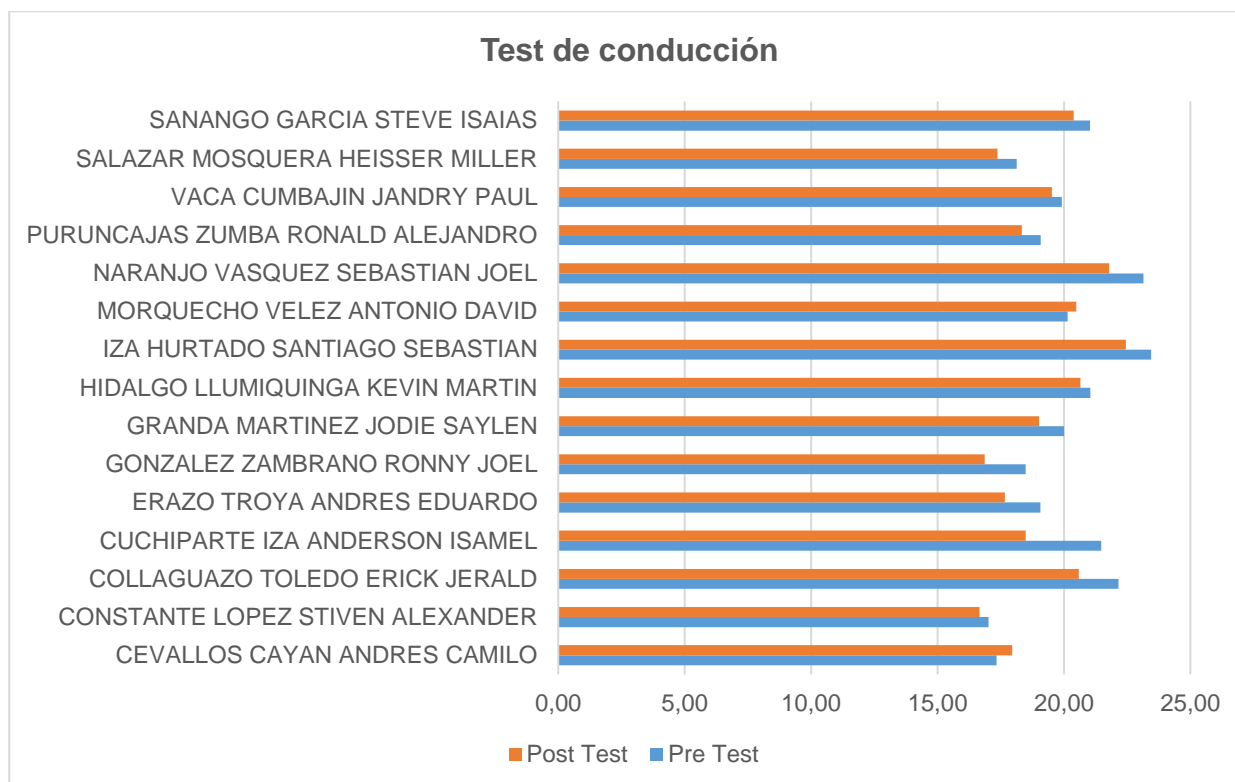


Figura 12 Resultados del test de conducción

Tabla 14

Resultados del pre test y post test de conducción

Calificación	Numero de aciertos	Post Test		Pre test		
		Numero	Porcentaje	Numero	Porcentaje	
Excelente	<17,02	18,31	5	33%	3	20%
Muy bueno	18,32	19,60	4	27%	3	20%
Bueno	19,61	20,90	4	27%	3	20%
Regular	20,91	22,19	1	7%	4	27%
Malo	22,20	23,49	1	7%	2	13%
Total			15	100%	15	100%

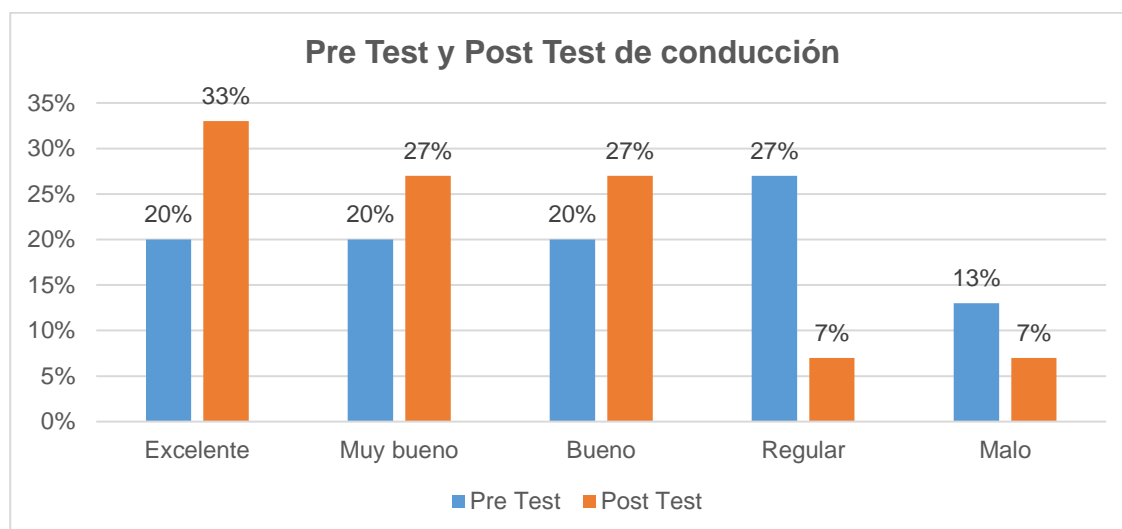


Figura 13 Evaluación del pre test y post test de conducción

Análisis.- Del 100% de la muestra que equivale a 15 niños estudiados, una vez aplicado el pre test y pos test de pase, se observa que uno de los rangos que sufrió variación es el rango de excelente así tenemos que en el pre test el porcentaje es del 20% equivalente a 3 niños, después de aplicar las 20 sesiones de entrenamiento este rango incremento a 5 niños lo cual equivale al 33% de la muestra, así también la variación existe en el rango de muy bueno que en el pre test alcanza un 20% equivalente a 3 niños, al aplicar el plan de entrenamiento este rango incremento a 4 niños lo cual equivale al 27% de la muestra, además el rango de bueno sufre la misma variación en el pre test alcanzo 20% que representa 3 niños, una vez aplicado las 20 sesiones de entrenamiento aumentan a 4 niños que representa el 27%, rangos de regular y malo que el pre test alcanzaron 27% y 13% respectivamente una vez aplicado el plan de entrenamiento redujeron su valor al 7% que representa a un niño en cada rango.

4.3. Análisis de los resultados con la prueba de signos de Wilcoxon.

Pre test y post Test de Pase

Tabla 15

Estadística de Rangos, Test de pase

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
POSTESTPASE – PRETESTPASE	Rangos negativos	3 ^a	4,17	12,50
	Rangos positivos	9 ^b	7,28	65,50
	Empates	3 ^c		
	Total	15		

a. POSTESTPASE < PRETESTPASE

b. POSTESTPASE > PRETESTPASE

c. POSTESTPASE = PRETESTPASE

Tabla 16

Cuadro estadístico de contraste, test de pase

Estadísticos de prueba^a

	POSTESTPASE – PRETESTPASE
Z	-2,117 ^b
Sig. asintótica (bilateral)	,034

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Resumen de prueba de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRETESTPASE y POSTTESTPASE es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	,034	Rechazar la hipótesis nula.

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

Figura 14 Comprobación de la hipótesis test de pase

Análisis.- La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó que en la tabla titulada “rangos” la existencia de 3 rangos negativos, y 12 rangos positivos lo cual quiere decir que estas personas incrementaron sus aciertos. Así la comparación entre el pre test y post test muestra en la tabla llamada “estadística de contraste” un grado de significancia $p=0,034$, siendo menor a 0,5 lo cual significa que se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que hay evidencias suficientes para mencionar que los ejercicios en espacio reducido aportan en el aprendizaje del pase.

Pre test y post Test de control del balón

Tabla 17

Estadística de Rangos, Test de control de balón

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
CONTROLPOSTEST -	Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
CONTROLPRETEST	Rangos positivos	15 ^b	8,00	120,00
	Empates	0 ^c		
	Total	15		

a. CONTROLPOSTEST < CONTROLPRETEST

b. CONTROLPOSTEST > CONTROLPRETEST

c. CONTROLPOSTEST = CONTROLPRETEST

Tabla 18

Cuadro estadístico de contraste, test de control de balón

Estadísticos de prueba

	POSTESTCONTROL – PRETESTCONTROL
Z	-3,436 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Resumen de prueba de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRETESTCONTROL y POSTESTCONTROL es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	,001	Rechazar la hipótesis nula.

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

Figura 15 Comprobación de la hipótesis test de control de balón

Análisis.- La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó que en la tabla titulada “rangos” la existencia de 0 rangos negativos, y 15 rangos positivos lo cual quiere decir que estas personas incrementaron la cantidad de controles en el post test. Así la comparación entre el pre test y post test muestra en la tabla llamada “estadística de contraste” un grado de significancia $p=0,001$, siendo menor a 0,5 lo cual significa que se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que hay evidencias suficientes para mencionar que los ejercicios en espacio reducido aportan en el aprendizaje del control de balón.

Pre Test y Post Test de Conducción

Tabla 19

Estadística de Rangos, Test de conducción

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
POSTESTCONDUCCIÓN - PRETESTCONDUCCIÓN	Rangos negativos	13 ^a	8,77	114,00
	Rangos positivos	2 ^b	3,00	6,00
	Empates	0 ^c		
	Total	15		

a. POSTESTCONDUCCIÓN < PRETESTCONDUCCIÓN

b. POSTESTCONDUCCIÓN > PRETESTCONDUCCIÓN

c. POSTESTCONDUCCIÓN = PRETESTCONDUCCIÓN

Tabla 20
Cuadro estadístico de contraste, test de conducción
Estadísticos de prueba

	POSTESTCONDUCCIÓN - PRETESTCONDUCCIÓN
Z	-3,067 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,002

- a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon
b. Se basa en rangos positivos.

Resumen de prueba de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre rangos con PRETESTCONDUCCIÓN y POSTESTCONDUCCIÓN es igual a 0.	Prueba de signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	,002	Rechazar la hipótesis nula.

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

Figura 16 Comprobación de la hipótesis test de conducción

Análisis.- La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon determinó que en la tabla titulada “rangos” la existencia de 13 rangos negativos, lo que quiere decir aquellas personas que redujeron su tiempo lo cual es positivo, y 2 rangos positivos, aquellos que incrementaron su tiempo. Así la comparación entre el pre test y post test muestra en la tabla llamada “estadística de contraste” un grado de significancia de $p=0,002$, siendo menor a 0,5, para lo cual se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que hay evidencias suficientes para mencionar que los ejercicios en espacio reducido aportan en el aprendizaje de la conducción de balón.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Se comprueba la hipótesis de trabajo, esto quiere decir que los ejercicios en espacio reducido benefician en el aprendizaje de elementos técnicos como el pase, el control y la conducción, en niños entre las edades de 11 y 10 años, además de aportar a un desarrollo del pensamiento técnico-táctico.
- La aplicación de un programa de ejercicios basado en un contexto con rivales y compañeros, a los niños de la sub 12 logran alcanzar una mejor percepción de juego, asimilando de mejor forma los fundamentos técnicos.
- Los ejercicios en espacio reducido como 4 vs 4, 5 vs 5, 6 vs 6, ejercicios en donde se coexiste con más compañeros y rivales ha permitido un incremento relevante en uno de los fundamentos técnicos como control de balón, ya que al limitar el espacio el jugador tiene menos tiempo para tomar decisiones.
- Una metodología basada en tareas contextualizadas como son los ejercicios en espacio reducido, se observó que su beneficio no solo en el aprendizaje de fundamentos técnicos, sino, abarca una mejora en la condición física, así como un desarrollo táctico y en la parte psicológica generando mayor concentración y motivación al desarrollo de la tarea.
- Las mejoras observadas de los elementos técnicos como el pase, el control y la conducción en entornos específicos, permite una transferencia de estos

aprendizajes al juego real va ser facilitada, permitiendo que los niños de la sub doce se adapten a cualquier filosofía de juego.

5.2. Recomendaciones

- La escuela de Sociedad Deportiva AUCAS, debería contemplar el manejo de tareas en espacio reducido en todas sus categorías, para alcanzar un desarrollo de los elementos técnicos y de esta forma brindarle una mayor oportunidad para de ser seleccionado para formar parte de los equipos formativos.
- Los entrenadores del Club Sociedad Deportiva AUCAS, deben crear tareas en donde el jugador pueda desarrollar su creatividad otorgándole un alto grado de libertad, en contextos específicos del juego.
- Se recomienda que las metodologías actuales del futbol, que en su mayoría son de tipo global sean consideradas por el clubs y entrenadores para alcanzar un mejor desarrollo de los futbolistas en su periodo base.
- La Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, en sus asignaturas de deportes colectivos contemplen una mayor profundización de metodologías específicas del deporte, restándole importancia a los métodos analíticos.
- La Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, en su asignatura de futbol pueda considerar la enseñanza de metodologías como el micro ciclo estructurado, periodización táctica, el método Coerver, en donde los ejercicios en espacio reducido tienen gran importancia, así podrían conocer sus beneficios.

BIBLIOGRAFÍA

- Abad Robles, M., Fernández Espínola, C., & Giménez Fuentes-Guerra, F. (2019). Los juegos reducidos como metodología de enseñanza en el fútbol. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Físicas y el Deporte*, 83-96.
- Almagro, B., & Moreno, P. (2017). Análisis de las demandas fisiológicas en diferentes situaciones de juegos reducidos en fútbol. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 26-42.
- Amado Peña, M., Cobo Agirregomezkorta, A., Oiartzabal Errasti, I., & Zinkunegi Zipitria, A. (s.f.). *Proceso de enseñanza-aprendizaje en el fútbol*. San Sebastian: Gipuzkoako Foru Aldundia.
- Arda, T., & Casal, C. (2003). *Metodología de la enseñanza del fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Bono Cabré, R. (2012). *Diseños cuasi-experimentales y longitudinales*. Barcelona: Universidad de Barcelona .
- Borzi, C. (1999). *La técnica en el futbol*. Madrid : Paidotribo.
- Caro Muñoz, O. (2014). *Análisis de los espacios de juego en el fútbol profesional y su extrapolación al diseño de las tareas de entrenamiento*. Granada: Editorial de la Universidad de Granada.
- Carrasco, O. (2016). *Incidencia del tipo de cancha en el desarrollo de la técnica en las escuelas de fútbol municipales del cantón portoviejo, durante el año 2013. propuesta alternativa*. Quito.
- Casamichana, D., & Castellano, J. (2009). Análisis de los diferentes espacios individuales de interacción y los efectos en las conductas motrices de los jugadores: aplicaciones al entrenamiento en fútbol. *European Journal of Human Movement*, 123-141.
- Chapman, S., Derse, E., & Hansen, J. (2008). *Manual de entrenamiento de fútbol*. Los Angeles: LA84 Foundation.
- Collazo Macías, A. (2012). Algunas particularidades biopsicomotrices que caracterizan a los niños en edad escolar. *EF DEPORTES*, 1.
- Endre Benedek, K. (2001). *Fútbol Infantil*. Barcelona: Paidotribo.
- F.E.F. (2018). *Reglamento de categorías formativas*. Guayaquil: Ecuafutbol.

- FIFA. (15 de 04 de 2013). *FIFA.COM*. Obtenido de Futbol juvenil:
https://resources.fifa.com/mm/document/footballdevelopment/generic/02/86/63/17/fifa_youthfootball_s_spanish.pdf
- Frutos, J. B. (2013). Revisión del concepto de técnica deportiva desde la técnica individual. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*(25), 48.
- Gómez Rodríguez, P. (11 de Noviembre de 2016). Ventajas del Espacio Reducido. España: Mundo Entrenamiento.
- Martin, D., Nicolaus, J., & Christine, O. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil*. Paidotribo.
- Morente Sánchez, J., & Fradua Uriondo, L. (2012). Aplicación de la teoría de los sistemas dinámicos al entrenamiento deportivo: fútbol. *EF DEPORTES*, 1.
- Olivares, A. (2016). Juegos Reducidos en fútbol. *Mundo Entrenamiento*. Obtenido de <https://mundoentrenamiento.com/>
- Pascual, N., Alzamora, E., Martínez, J., & Pérez, J. (2015). Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base. *Retos*, 94-97.
- Perarnau, M. (2016). *Pep Guardiola metamorfosis*. CORNER.
- Rivas Borbón, M. (2013). *Guía didáctica para la enseñanza del fútbol de niños y adolescentes*. Costa Ricas: Universidad Nacional .
- Rodríguez Verdura, H. (2018). El profesor en la iniciación deportiva y la evaluación de su desempeño. *Educación Física y Deportes*, 64-69.
- Sánchez, J., Yagüe, J., Fernandez, R., & Petisco, C. (2014). Efectos de un entrenamiento con juegos reducidos sobre la técnica y la condición física de jóvenes futbolistas. *REVISTA INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE*, 221-234.
- Tamarit, X. (2007). *¿Qué es la Periodización Táctica?* España: Mcsports.
- Vega Haro, G. (2006). *Metodología de la enseñanza basada en la implicación cognitiva del jugador del fútbol base*. Granada: Editorial de la Universidad de Granada.
- Verdú, N., Alzamora, E., Carbonell, J., & Turpin, J. (2015). Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*, 94-97.