



ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS
HUMANAS Y SOCIALES**



**CARRERA: LICENCIATURA EN CIENCIAS DE
LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTES Y
RECREACIÓN**

**TESIS DE GRADO PREVIA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTES Y
RECREACIÓN**

TEMA:

**“SISTEMATIZACION DE LA ENSEÑANZA DE LOS
FUNDAMENTOS TECNICOS DEL FUTBOL EN LA ETAPA DE
FORMACION BASICA DE LOS NIÑOS DEL CLUB DEPORTIVO
EL NACIONAL. PROPUESTA ALTERNATIVA”**

AUTORES:

**CAPT DE C.B DENNYS P.SOSA S.
SGOS DE I JAIME O. DIAZ E.**

DIRECTOR

LCDO. ORLANDO CARRASCO

CODIRECTOR

MSC. PATRICIO PONCE

SANGOLQUÍ 2010

CERTIFICACIÓN

Lcdo. Orlando Carrasco

Msc. Patricio Ponce

CERTIFICAN:

Los suscritos Lcdo. Orlando Carrasco y Msc. Patricio Ponce, Director y Codirector de la Tesis de grado previa a la obtención de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación, titulada “ SISTEMATIZACION DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL FUTBOL EN LA ETAPA DE FORMACION BASICA DE LOS NIÑOS DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL. PROPUESTA ALTERNATIVA”. Certifican que la presente investigación ha sido planificada y ejecutada bajo nuestra dirección, coordinación y supervisión, por tanto ha sido revisada prolijamente y cumple con los requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, autorizamos su presentación y sustentación pública.

Sangolquí, octubre del 2010

.....
LCDO. ORLANDO CARRASCO
DIRECTOR

.....
MSC. PATRICIO PONCE
CODIRECTOR

AUTORIZACION

Nosotros, Capt. de C.B. Dennys Paul Sosa Salazar y Sgos. de I. Jaime Omar Díaz Eras, expresamos que el contenido de la tesis previa a la obtención de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación, titulada “ SISTEMATIZACION DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL FUTBOL EN LA ETAPA DE FORMACION BASICA DE LOS NIÑOS DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL. PROPUESTA ALTERNATIVA”, es de nuestra exclusiva responsabilidad y autoría, los mismos que autorizamos la publicación o reproducción por parte de la ESPE en la página Web.

Sangolquí, octubre del 2010

DENNYS P.SOSA S.
CAPT. DE C.B.

JAIME O. DIAZ E.
SGOS. DE I.

AUTORÍA

Nosotros, Capt. de C.B. Dennys Paul Sosa Salazar y Sgos. de I. Jaime Omar Díaz Eras, declaramos que los contenidos del presente trabajo de investigación son de nuestra exclusiva autoría, los mismos que han sido elaborados cumpliendo los parámetros éticos y respetando la propiedad intelectual de los autores de las diferentes fuentes empleadas para el efecto, las mismas que nos han servido para el desarrollo del presente trabajo de investigación.

LOS AUTORES

DENNYS P.SOSA S.
CAPT. DE C.B.

JAIME O. DIAZ E.
SGOS. DE I.

AGRADECIMIENTO

Debemos expresar un agradecimiento infinito y sincero principalmente a DIOS, por habernos dado la vida, por nuestras familias y por darnos la oportunidad de pertenecer a una institución de alto nivel como lo es la Escuela Politécnica del Ejército.

Gracias también a nuestros padres, porque de ellos hemos obtenido la mejor formación personal, académica y sobre todo por su amor desinteresado, que nos ha hecho lo que hoy somos.

Un agradecimiento impensado a nuestro glorioso Ejército Ecuatoriano, por habernos dado la oportunidad de obtener otra profesión y podernos perfeccionar y especializar académicamente.

A nuestras esposas, porque confiaron en nuestra capacidad y soportaron muchas noches de desvelo.

A nuestros hijos, porque con su inocencia y alegría fueron la luz en el largo camino para alcanzar nuestra meta.

A nuestros amigos y compañeros.

Una gratitud especial a nuestra Carrera en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación, a su personal docente y administrativo, que incondicionalmente colaboraron con nuestra formación académica, acrecentando de esta manera los ideales que maneja esta prestigiosa institución.

Y muy especialmente al señor Lcdo. Orlando Carrasco director de la presente tesis y al señor Msc. Patricio Ponce codirector de la misma, quienes han aportado con su conocimiento y experiencia, fundamental para el desarrollo de este proyecto.

DEDICATORIA

A nuestras esposas.

A quienes amamos con todo nuestro corazón y nos han dado todo el amor y las fuerzas necesarias para culminar con éxito este proyecto.

A nuestros padres.

Por su constante apoyo para poder culminar este proyecto, ya que ellos han sido pilar fundamental para desarrollarnos como personas y como profesionales.

A nuestros adorados hijos.

Quienes han sido la motivación constante y han estado a nuestro lado sin interés alguno.

A nuestros amigos.

Ya que con sus palabras de aliento nos han sabido orientar por el camino del bien para salir adelante como profesionales del deporte.

A nuestro director y codirector.

Quienes nos han brindado todos los conocimientos a lo largo de toda nuestra carrera universitaria y nos han guiado para poder culminar exitosamente con el presente proyecto de investigación

INDICE

PORTADA	
CERTIFICACIÓN	II
AUTORIZACIÓN	III
AUTORIA	IV
AGRADECIMIENTO	V
DEDICATORIA	VI
ÍNDICE	VII
RESUMEN	XV
INTRODUCCION	1

PRIMERA PARTE

1. PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1	OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN	3
1.2	UBICACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA	3
1.3	SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	6
1.4	PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	7
1.4.1	SUBPROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN	7
1.5	OPEACIONALIZACIÒN DE VARIABLES	8
1.6	JUSTIFICACIÓN	8
1.7	OBJETIVOS	10
1.7.1	OBJETIVO GENERAL	10
1.7.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10

SEGUNDA PARTE

CAPITULO I

2. MARCO CONTEXTUAL DE LA INVESTIGACION

2.1	MÉTODOS, PRINCIPIOS DE ENSEÑANZA Y TIPOS DE EJERCICIOS	11
2.1.1	INTRODUCCION	11
2.1.2	MÉTODOS Y PRINCIPIOS DE ENSEÑANZA	12
2.1.2.1	MÉTODOS DE ENSEÑANZA	12
2.1.2.2	EL METODO ANALITICO	12
2.1.2.3	EL METODO SINTETICO	13
2.1.2.4	EL METODO COMPLEJO	14
2.1.3	PRINCIPIOS DE ENSEÑANZA	15
2.1.3.1	EL PRINCIPIO DE LA CONCIENCIA	15
2.1.3.2	EL PRINCIPIO DE LA ACTIVIDAD	17
2.1.3.3	EL PRINCIPIO DE SISTEMATIZACION	17
2.1.3.4	EL PRINCIPIO DE LA ASEQUIBILIDAD	18
2.1.3.5	EL PRINCIPIO DE MULTILATERALIDAD	19
2.1.3.6	EL PRINCIPIO DE LA EVIDENCIA	19
2.1.3.7	EL PRINCIPIO DE LA ADAPTACION	20
2.1.4	FORMAS DE EJERCICIOS	21
2.1.4.1	LOS EJERCICIOS DE ADAPTACION	21
2.1.4.2	LOS EJERCICIOS DE PRECISION	22
2.1.4.3	LOS EJERCICIOS DE LAS FASES DE JUEGO	23
2.1.4.4	LOS EJERCICIOS EN VARIADAS CONDICIONES DE JUEGO	23
2.1.4.5	LOS EJERCICIOS EN CONDICIONES SEMICOMPETITIVAS	24
2.1.4.6	LAS COMPETENCIAS	24

CAPITULO II

2.2	FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FUTBOL	26
2.2.1	DEFINICION	26
2.2.1.1	TECNICA INDIVIDUAL	26
2.2.1.2	TECNICA COLECTIVA	26

2.2.2	FUNDAMENTOS TECNICOS	27
2.2.2.1	INTRODUCCIÓN	27
2.2.2.2	FUNDAMENTOS TÉCNICOS OFENSIVOS	31
2.2.2.3	FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEFENSIVOS	54

CAPITULO III

2.3	ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA	61
2.3.1	FASE DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	61
2.3.2	OBJETIVOS DEL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA	62
2.3.3	OBJETIVOS PRINCIPALES DEL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA EN LAS CATEGORÍAS DE FORMACIÓN BÁSICA	63
2.3.4	OBJETIVOS PRINCIPALES DEL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA EN EL FÚTBOL DE ALTO RENDIMIENTO	63
2.3.5	PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO	64
2.3.5.1	PRINCIPIOS GENERALES	64
2.3.5.2	PRINCIPIOS ESPECIALES	65
2.3.6	MÉTODOS, EJERCICIOS Y JUEGOS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA	66
2.3.6.1	MÉTODO LÚDICO	67
2.3.6.2	MÉTODOS DE EJERCICIOS SIMPLES	69
2.3.6.3	MÉTODO DE EJERCICIOS COMPLEJOS	70
2.3.7	VENTAJAS E INCONVENIENTES DE LOS DISTINTOS MÉTODOS	72
2.3.8	EL MÉTODO MIXTO	73
2.3.9	CORRECCIÓN DE TÉCNICAS DEFECTUOSAS	74
2.3.10	CAUSA DE LOS ERRORES	75
2.3.11	MEDIDAS DE CORRECCIÓN	76

CAPITULO IV

2.4	LA FORMACION BASICA DEL FUTBOLISTA	78
2.4.1	ETAPA DE FORMACION BASICA	78
2.4.1.1	FAMILIARIZACION CON EL BALÓN (4 A 6 AÑOS)	79
2.4.1.2	LA FASE DE PREPARACION (DE LOS 7 A LOS 10 AÑOS)	80

2.4.1.3	LA FASE DE CONSOLIDACION (DE LOS 10 A LOS 14 AÑOS, ENTRENAMIENTO BÁSICO)	81
2.4.1.3.1	FASE DE TRANSMISION DE LOS ELEMENTOS BÁSICOS DE LA TÉCNICA Y TÁCTICA DEL FÚTBOL, ASÍ COMO DE LAS CUALIDADES GENERALES (DE LOS 10 A LOS 12 AÑOS)	81
2.4.1.3.2	FASE DE LA CONSOLIDACIÓN Y FINAL DE LA FORMACIÓN BÁSICA (DE LOS 12 A LOS 14 AÑOS)	83

CAPITULO V

2.5	APRENDIZAJE MOTOR	85
2.5.1	GRABACIÓN DEL GESTO TÉCNICO	85
2.5.2	HABILIDAD, DESTREZA Y TAREA MOTRIZ	86
2.5.3	HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	87
2.5.3.1	CLASES DE HABILIDADES MOTRICES	87
2.5.4	TRANSMISIÓN DE INFORMACIÓN	88
2.5.4.1	CANAL VISUAL	89
2.5.4.2	CANAL AUDITIVO	90
2.5.4.3	CANAL KINESTÉSICO – TÁCTIL	90
2.5.5	FACTORES DEL APRENDIZAJE MOTOR	91
2.5.5.1	MOTIVACIÓN	91
2.5.5.2	TIPOS DE MOTIVACIÓN	92
2.5.6	APRENDIZAJE MOTOR	93
2.5.6.1	PROCESO DE APRENDIZAJE MOTOR	93
2.5.6.2	MODELOS EXPLICATIVOS DEL APRENDIZAJE MOTOR	94
2.5.6.2.1	MODELOS BIOMECÁNICAS	94
2.5.6.2.2	MODELOS BIOLÓGICOS	94
2.5.6.2.3	MODELOS FISIOLÓGICOS	94
2.5.7	LA ONTOGENESIS MOTORA	94
2.5.7.1	LA PRIMERA TRANSFIGURACION	95
2.5.7.2	LA SEGUNDA TRANSFIGURACIÓN	96
2.5.8	LAS CAPACIDADES FISICAS DE ACUERDO AL DESARROLLO DE LA ONTOGENESIS	96
2.5.8.1	LAS FASES SENSITIVAS	97

2.5.8.1.1	CAPACIDADES TEMPRANAS	98
2.5.8.1.2	CAPACIDADES NEUTRAS	100

TERCERA PARTE

3. SISTEMA DE HIPOTESIS

3.1	HIPÓTESIS GENERAL	103
3.2	HIPÓTESIS ALTERNATIVAS	103
3.3	HIPÓTESIS NULA	103

CUARTA PARTE

4. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

4.1.	DISEÑO METODOLOGICO	104
4.2.	METODOLOGIA UTILIZADA PARA LA CONCRECION DEL PROYECTO	104
4.3.	METODOLOGIA PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACION	105
4.3.1	MÉTODO	105
4.3.2	POBLACION Y MUESTRA	106
4.3.3	TECNICAS E INSTRUMENTOS	106
4.4.	ORGANIZACIÓN, TABULACION, ANALISIS DE LA INFORMACION	108
4.4.1.	ANALISIS DATOS ENCUESTA APLICADA A LOS ENTRENADORES DE LAS DIFERENTES CATEGORÍAS FORMATIVAS	108
4.4.2.	ANALISIS DE DATOS DE GUÍA DE OBSERVACIÓN	118
4.4.3	ANALISIS DE DATOS DE TEST INICIALES	132
4.4.4	ANALISIS DE DATOS TEST FINALES	152
4.4.5	RELACION DE TEST INICIALES Y FINALES	172
4.5	CONCLUSIONES	181
4.6	RECOMENDACIONES	186

QUINTA PARTE

5. PROPUESTA ALTERNATIVA

5.1	TÍTULO DE LA PROPUESTA	188
5.2	INTRODUCCIÓN	188
5.3	JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA	189
5.4	OBJETIVOS	191
5.4.1	OBJETIVO GENERAL	191
5.4.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	191
5.5	ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA ALTERNATIVA	191
5.5.1	QUE SE QUIERE SISTEMATIZAR	192
5.6	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	192
5.6.1	FUNDAMENTOS TÉCNICOS	192
5.6.1.1	TÉCNICA DEL FÚTBOL	192
5.6.2	IMPORTANCIA DE LOS EJERCICIOS DE FAMILIARIZACIÓN	193
5.6.2.1	TIPOS DE EJERCICIOS A REALIZAR	193
5.6.3	ASPECTOS A CONSIDERAR EN LA ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA	194
5.6.3.1	EL BALÓN	194
5.6.3.2	EL JUGADOR (NIÑO)	198
5.6.3.3	LOS RITMOS DE EJECUCION	201
5.6.3.4	EL Oponente	202
5.7	LA ONTOGÉNESIS MOTORA	207
5.8	EJECUCIONES TÉCNICAS OFENSIVAS: JUGADOR DE CAMPO	209
5.8.1	PASE	209
5.8.2	REMATE	210
5.8.3	CONTROLES	211
5.8.4	CONDUCCIONES	212
5.8.5	REGATES	212
5.8.6	FINTAS	213
5.7	PROTECCIÓN DEL BALÓN	215
5.9	EJECUCIONES TÉCNICAS DEFENSIVAS: JUGADOR DE CAMPO	216
5.9.1	ENTRADAS	216
5.9.2	INTERCEPTACIONES	216

5.9.3	CARGAS	217
5.10	TEST PARA EVALUAR EL PROGRESO DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS EN LAS CATEGORIAS DE FORMACION BASICA	219
5.10.1	NORMAS PARA LA APLICACIÓN DE LOS TEST	219
5.11	EVALUACIÓN DE LA DESTREZA TÉCNICA DEL NIÑO	220
5.12	DESCRIPCION DE LOS TEST DE CONTROL TECNICO DE LA PROPUESTA	222
5.12.1	TEST DE RECEPCIÓN	222
5.12.2	TEST DE PRESICION DE PASE	223
5.12.3	TEST DE PRECISIÓN DE DISPARO CON EMPEINE	224
5.12.4	TEST POTENCIA DE REMATE	225
5.12.5	TEST DE CONTROL (DOMINIO) DE BALÓN	226
5.12.6	TEST DE CONDUCCIÓN	227
5.12.7	TEST DE CABECEO	228
5.12.8	TEST DE ACELERACIÓN	229
5.13	LINEAMIENTOS PARA LA APLICACION DE LOS TEST	230
5.13.1	CALIFICACION DE LOS TEST	231
5.13.2	QUE HACER POSTERIOR A LA EVALUACION DE LOS TEST	232
5.13.3	SUGERENCIAS METODOLÓGICAS PARA APLICAR LOS TEST	232
5.14	FACTIBILIDAD DE LA PROPUESTA	234
5.14.1	RECURSOS HUMANOS	234
5.14.2	RECURSOS MATERIALES	234
5.14.3	RECURSOS FISICOS	234
5.14.4	TIEMPO PARA LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA	235
5.15	SISTEMATIZACION DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTO TÉCNICOS.	235
5.15.1	PRINCIPIOS DE ENSEÑANZA	235
5.15.2	MÉTODOS DE ENSEÑANZA	238
5.15.3	SISTEMATIZACIÓN DE LA ENSEÑANZA EN LA ETAPA DE FORMACIÓN BÁSICA.	240
5.15.4	EJERCICIOS DE ENSEÑANZA FUNDAMENTOS TÉCNICOS	243
5.15.4.1	CONTROLES-CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	243
5.15.4.2	PASES CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	250
5.15.4.3	REMATE O TIRO CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	256

5.15.4.4	CONDUCCIÓN CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	262
5.15.4.5	FINTAS CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	267
5.15.4.6	REGATES CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	273
5.15.4.7	GOLPEO DE CABEZA CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	279
5.15.4.8	PROTECCION DE BALÓN CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	285
5.15.4.9	INTERCEPTACIONES CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	288
5.15.4.10	CARGA CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	294
5.15.4.11	ENTRADAS CATEGORÍAS 9-10 AÑOS	298
	BIBLIOGRAFÍA	302
	ANEXOS	304

RESUMEN EJECUTIVO

En el presente estudio se procedió a dar información pormenorizada acerca de la enseñanza de los fundamentos técnicos en la etapa de formación básica.

La población con la que se trabajó en esta investigación fueron los dirigentes, entrenadores, preparadores físicos y niños integrantes de las categorías de formación básica del Club Deportivo “EL NACIONAL”, que se encuentra ubicado en su complejo deportivo de Tumbaco, a los cuales inicialmente se procedió a realizar encuestas y observaciones de los entrenamientos, para determinar si en estas categorías, se maneja una adecuada sistematización en la enseñanza de los fundamentos técnicos.

Posteriormente para aplicar nuestra propuesta de sistematización, procedimos a aplicar a los niños de la categoría de 9 años, los test específicos de ejecución técnica, que nos permitieron obtener datos iniciales que nos sirvieron como punto de partida para la aplicación de nuestra propuesta.

En la propuesta se plantearon ejercicios para cada una de las categorías; 9, 10, 11, 12, 13 y 14 años, considerando cada uno de los fundamentos técnicos ofensivos y defensivos, además teniendo en cuenta los principios, métodos de enseñanza y tipos de ejercicios propios para cada fase de la etapa de formación básica, la aplicación de la propuesta se realizó durante seis semanas, en las cuales se trabajó en la sistematización de la enseñanza durante los días martes y jueves específicamente con los veinte niños pertenecientes a la categoría de 9 años.

Después de la recolección de datos mediante los test finales, se realizó el respectivo análisis, el mismo que permitió comprobar el efecto positivo que tiene una adecuada sistematización en la enseñanza de los fundamentos técnicos en la etapa de formación básica del niño en su proceso de formación como futbolista.