

RESUMEN

El trabajo de titulación se lo realizo en el Club Deportivo El Nacional categoría sub 18, donde se determinó los niveles de fuerza máxima de los futbolistas en el tren inferior mediante la toma de test maximales, posteriormente se realizó una evaluación de la aceleración y desaceleración mediante la toma de test físicos, los cuales fueron grabados en video para realizar el respectivo análisis mediante el programa KINOVEA el cual dio como resultado diferentes rangos de tiempos en los que los deportistas son capaces de acelerar y desacelerar. Una vez obtenidos los resultados tanto de los niveles de fuerza máxima así como los tiempos de aceleración y desaceleración se procedió a determinar el grado de correlación que existe entre estas variables mediante un análisis en el programa estadístico informático SPSS, una vez comprobada la hipótesis de trabajo y determinados los niveles de correlación existentes entre nuestras variables se aplicó un plan de trabajo estructurado , metodológico y adecuado a las necesidades del Club Deportivo El Nacional sub 18 con un enfoque orientado hacia el mantenimiento de los niveles de fuerza máxima en los deportistas, con la finalidad de mejorar su rendimiento deportivo y aportar para el rediseño y planificación del macrociclo de entrenamiento, el cual no se limitara únicamente a esta categoría sino a las otras categorías.

PALABRAS CLAVE:

- **ACELERACION**
- **DESACELERACIÓN**
- **FUTBOL**
- **FUERZA MAXIMA**
- **CORRELACIÓN**

SUMMARY

The titling work is carried out in the Club Deportivo El Nacional sub 18 category, where the maximum strength levels of the players in the lower train are determined by taking maximum tests, and then an evaluation of the acceleration and deceleration is carried out. the taking of physical tests, which were recorded in video to realize the respect through the KINOVEA program, the result of the results of the times in the athletes are able to accelerate and decelerate. Once the results, both strength levels and acceleration and deceleration times, the degree of correlation between these variables is processed through an analysis in the SPSS computer statistical program, once the work hypothesis and the levels of work have been checked. correlation between the variables was applied a structured, methodological work plan and adapted to the needs of the El Nacional sub 18 Sports Club with an approach oriented towards the maintenance of maximum strength levels in athletes, with the drafting and redistribution of the training system, in which it is not limited to this category, but also to other categories.

KEYWORDS:

- **ACCELERATION**
- **DECELERATION**
- **FOOTBALL**
- **MAXIMUM STRENGTH**
- **CORRELATION**