

**ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**

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

**TEMA:**

**INCIDENCIA DE LAS ETAPAS DE FORMACIÓN BÁSICA EN EL  
NIVEL FÍSICO – TÉCNICO DE LAS JUGADORAS DEL EQUIPO DE  
FÚTBOL FEMENINO DE LA ESPE DEL AÑO 2007.**

**AUTOR:**

**SR. LUIS ENRIQUE GUEVARA OCHOA**

**DIRECTOR;**

**LIC. JUAN CERÓN**

**CODIRECTOR:**

**MSC. MARIO VACA**

**SANGOLQUÍ, MARZO-2007**

## **CERTIFICACIÓN**

**MSc. MARIO VACA**

**LIC. JUAN CERÓN.**

**CERTIFICAN:**

**Que el trabajo de investigación titulado, "INCIDENCIA DE LA ETAPA DE FORMACIÓN BÁSICA EN EL NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DE LAS JUGADORAS DEL CLUB DE FÚTBOL FEMENINO DE LA ESPE", realizado por el señor GUEVARA OCHOA LUIS ENRIQUE, ha sido revisado prolijamente y cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, por lo que nos permitimos acreditarlo y autorizar al interesado para que lo sustente públicamente.**

**Sangolquí, Junio de 2007.**

**LIC. CERÓN RAMIREZ JUAN.**

**MSc. VACA GARCÍA MARIO.**

**DIRECTOR**

**CODIRECTOR**

## **CERTIFICACIÓN**

**MSc. MARIO VACA**

**LIC. CERÓN JUAN.**

**CERTIFICAN:**

**Que el trabajo de investigación titulado, "INCIDENCIA DE LA ETAPA DE FORMACIÓN BÁSICA EN EL NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DE LAS JUGADORAS DEL CLUB DE FÚTBOL FEMENINO DE LA ESPE", realizado por el señor GUEVARA OCHOA LUIS ENRIQUE, está incluido en los CDS al igual que sus anexos y la presentación de la defensa.**

**Sangolquí, Junio de 2007**

**LIC. CERÓN RAMÍREZ JUAN.**

**MSc. VACA GARCÍA MARIO.**

**DIRECTOR**

**CODIRECTOR**

## **CERTIFICACIÓN**

**Certifico que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por el señor: GUEVARA OCHOA LUIS ENRIQUE, previa la obtención del título de Licenciado en Educación Física.**

**Sangolquí. Junio de 2007**

**DIRECTOR DE TESIS**

**CODIRECTOR DE TESIS**

**LIC. CERÓN JUAN**

**MSc. MARIO VACA**

## **AUTORÍA**

Los contenidos científicos y los criterios que han sido expresados en la tesis titulada: **“INCIDENCIA DE LA ETAPA DE FORMACIÓN BÁSICA EN EL NIVEL FÍSICO-TÉCNICO DE LAS JUGADORAS DEL CLUB DE FÚTBOL FEMENINO DE LA ESPE”**, son de exclusiva autoría y responsabilidad del autor.

Sangolquí Junio de 2007

GUEVARA OCHOA LUIS ENRIQUE

**AUTOR.**

Tú eres lo que es el profundo deseo que te impulsa.  
Tal como es tu deseo es tu voluntad.  
Tal como es tu voluntad son tus actos.  
Tal como son tus actos es tu destino.

*-Brihadaranyaka Upanishad IV.4.5<sup>Σ</sup>*

---

<sup>Σ</sup> Tomado de; CHOPRA, Deepak, Las Siete Leyes Espirituales del Éxito.

## **AGRADECIMIENTO**

Al **Padre** creador de todo lo existente y lo inexistente por haber sacado a terreno de lo manifiesto este deseo que ha sido llevado a cabo gracias a su voluntad, así como lo es todo aquello que se presenta en mi vida.

A mis **Papás** que sembraron siempre esa semillita de libertad para decidir y que siempre hicieron grandes sacrificios para darme todo lo que he tenido.

A la Escuela Politécnica del Ejército y todos los Docentes que entregaron su tiempo para que muchas personas como yo tengamos un digno porvenir.

A las Integrantes del Equipo de fútbol femenino por haber estado en esas largas jornadas de evaluación entregando sus esfuerzos para permitir que se lleve a cabo este trabajo.

A las personas que me ayudaron en las evaluaciones; Pedro, Fabricio, Santiago, Carlos, Lito; gracias amigos se que son personas que valen la pena.

A todos mis amigos que me han guiado a descubrir que existe siempre algo más que alcanzar y que somos capaces de cosas increíbles.

## DEDICATORIA

*Al Padre único ser capaz de realizar cualquier obra.*

*A mi Rosario que ha sido un apoyo constante en el que me sostenido  
siempre.*

## **ÍNDICE GENERAL**

### **CONTENIDOS**

Portada	I
Información Legal	II
Mensaje	VI
Agradecimiento	VII
Dedicatoria	VIII
Índice	IX
Introducción	XIII

### **PRIMERA PARTE**

#### **PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

1.1.	IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA	1
1.2	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	4
1.3	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	5
1.4	OBJETIVOS	8
1.5	PREGUNTAS	8
1.6	JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA	9
1.7	FACTIBILIDAD	10

### **SEGUNDA PARTE**

#### **MARCO TEÓRICO**

2.1	ENFOQUE TEÓRICO – CONCEPTUAL	12
-----	------------------------------	----

#### **CAPÍTULO I: ENTRENAMIENTO A LARGO PLAZO**

1.1	GENERALIDADES	12
-----	---------------	----

1.2	DESARROLLO MOTOR DEL SER HUMANO	26
1.3	ETAPAS DE FORMACIÓN BÁSICA EN EL FÚTBOL	35

## **CAPÍTULO II: NIVEL FÍSICO**

2.1.	CAPACIDADES FÍSICAS	72
2.1.1.	LA FUERZA	72
2.1.2.	LA VELOCIDAD	76
2.1.3.	LA RESISTENCIA	79
2.1.4.	LA COORDINACIÓN	82
2.1.5.	LA FLEXIBILIDAD	87

## **CAPÍTULO III: NIVEL TÉCNICO**

3.1	CLASIFICACIÓN DE LA TÉCNICA EN EL FÚTBOL	90
3.1.1	EL GOLPEO	91
3.1.2	EL CONTROL	93
3.1.3	HABILIDAD O MALABARISMO	95
3.1.4	LA CONDUCCIÓN	95
3.1.5	LA GAMBETA, DRIBLING O REGATE	96
3.1.6	COBERTURA	98
3.1.7	EL CABECEO	102
3.1.8	EL SAQUE DE BANDA	104
3.1.9	TÉCNICA DE ARQUERO	104

## **TERCERA PARTE**

### **METODOLOGÍA**

3.1	SISTEMA DE HIPÓTESIS	107
3.2	TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	108
3.3	POBLACIÓN Y MUESTRA	108
3.4	INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN	108
3.5	PROCEDIMIENTO	109

3.6 PROCESAMIENTO DE DATOS	111
<b>CUARTA PARTE</b>	
<b>PRUEBA DE HIPÓTESIS</b>	
4.1 PRESENTACIÓN GRÁFICA DE RESULTADOS	112
4.1.1 PRESENTACIÓN GRÁFICA PARA LA VARIABLE INDEPENDIENTE ETAPAS DE FORMACIÓN BÁSICA	112
4.1.2 PRESENTACIÓN GRÁFICA PARA LA VARIABLE DEPENDIENTE NIVEL FÍSICO	133
4.1.3 PRESENTACIÓN GRÁFICA DE LOS RESULTADOS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE NIVEL TÉCNICO	141
4.1.4 PRESENTACIÓN GENERAL DE DATOS PARA LAS VARIABLES	154
4.2 CONCLUSIONES	159
4.3 RECOMENDACIONES	162
<b>FUENTES</b>	164
<b>APÉNDICE 1</b>	
ENCUESTA DE ETAPAS DE FORMACIÓN BÁSICA	167
<b>APÉNDICE 2</b>	
TEST FÍSICOS	169
<b>APÉNDICE 3</b>	
TEST TÉCNICOS	177
<b>APÉNDICE 4</b>	
TABLAS DE BAREMACIÓN UTILIZADAS EN CADA UNO DE LOS TEST FÍSICOS	187

<b>APÉNDICE 5</b>	
TABLAS DE BAREMACIÓN UTILIZADAS EN CADA UNO DE LOS TEST TÉCNICOS	189
<b>APÉNDICE 6</b>	
NÓMINA DE LAS INTEGRANTES DEL CLUB DE FÚTBOL FEMENINO	191
<b>APÉNDICE 7</b>	
MATRIZ DE VACIADO DE DATOS DE LA ENCUESTA ETAPAS DE FORMACIÓN BÁSICA	192
<b>APÉNDICE 8</b>	
RESULTADOS DE LOS TEST FÍSICOS	195
<b>APÉNDICE 9</b>	
RESULTADOS DE LOS TEST TÉCNICOS	202

## INTRODUCCIÓN

“El Equipo nacional no es simplemente el resultado de la creación de un estado: a menudo ayuda a forjar la nación.” Boniface (1999).<sup>1</sup>

Conocedores de la trascendencia social que presenta el fútbol se ha creído necesario contribuir al Ecuador con la presente investigación que plantea un acercamiento directo a la principal necesidad de los equipos de fútbol para lograr protagonismo a nivel mundial como son las Escuelas de formación Deportiva puesto que es aquí en donde se educa de manera global a los futuros representantes del país. Esta representación engloba aspectos muchos más amplios que una competencia internacional ya que cuando un deportista sale a otra nación sea por tiempo limitado o con el objetivo de radicarse lleva consigo una serie de factores sociales que hablan de la cultura de un país y que deben estar bajo la responsabilidad de aquellas personas involucradas en el ámbito de la educación.

De tal modo se ha querido demostrar en los hechos lo que hasta ahora teníamos solo como una norma recogida de los libros, ya que se buscó comprobar el efecto que provoca a nivel psico-motriz la carencia de una formación desde edades tempranas en una disciplina deportiva específica. Es así que la presente investigación estudia la relación que tiene la etapa de Formación Básica con el Nivel de desarrollo en las habilidades técnicas determinantes del fútbol, así como en las capacidades físicas condicionantes y determinantes del rendimiento en el juego.

Se utilizó pruebas de campo basadas en la teoría existente en cuanto a evaluación aplicada en los países de recursos limitados pero que tienen trascendencia en el fútbol, puesto que la carencia de recursos tecnológicos

---

<sup>1</sup> CARRIÓN, Fernando; El Fútbol Como Práctica de Identificación Colectiva.

y financieros impide que se evalúe con mayor exactitud como se lo hace en las potencias futbolísticas y económicas de la Unión europea.

Se aplicó una encuesta para determinar el nivel de formación que tuvieron las futbolistas durante las edades correspondientes a la etapa de formación deportiva, para lo cuál se tomó el criterio de algunos autores y la experiencia personal en cuanto a la organización en las Divisiones formativas en el país.

Para medir el nivel técnico se definió una teoría de los principales fundamentos técnicos del fútbol y así se escogió la vía mas adecuada para medir la efectividad ya que en cuanto a calidad de movimientos se debería hacer estudios biomecánicos de cada una de las técnicas acorde a las diferentes situaciones psicológicas que se presentan en un partido.

El Nivel físico fue determinado por pruebas de campo generales y especiales, sin embargo esto no determinará las cualidades globales de ciertas jugadoras ya que en determinada situación todas podrán ser útiles desde el punto de vista estratégico.

Es así que se espera aportar con un estudio que ayude a identificar las cualidades del equipo de la ESPE para a través de la toma de decisiones orientadas a elevar el nivel de competitividad del equipo se contribuya a elevar el nivel competitivo del fútbol en el país y así elevar el nombre del Ecuador en las competencias internacionales.