



**Análisis comparativo metodológico en la enseñanza de la técnica del cabeceo en la  
Escuela Sociedad Deportiva Aucas - Academia Santo Domingo Sub 12.**

Calo Calo, Jordy Mauricio y De la Torre Pachacama, Cristhian Alexander

Departamento de Ciencias Humanas y Sociales

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Trabajo de integración curricular, previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de  
la Actividad Física y Deporte

Mgtr. Carrasco Coca, Orlando Rodrigo

30 de agosto del 2023



## Plagiarism report

TESIS CALO - DE LA TORRE.docx

## Scan details

Scan time:  
August 30th, 2023 at 13:21 UTC

Total Pages:  
68

Total Words:  
16854

## Plagiarism Detection



Types of plagiarism		Words
Identical	4.3%	729
Minor Changes	2%	345
Paraphrased	2.6%	437
Omitted Words	0%	0

## AI Content Detection



Text coverage

- AI text
- Human text

## Plagiarism Results: (39)

<p><b>Trabajo de titulación.PDF</b> <span style="float: right;">3.9%</span></p> <p><a href="http://dspace.ucuencia.edu.ec/bitstream/123456789/35039/1...">http://dspace.ucuencia.edu.ec/bitstream/123456789/35039/1...</a></p> <p>Ivan.verdugo</p> <p>UNIVERSIDAD DE CUENCA Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación Maestría en Entrenamiento Deportivo Cohorte I Propuesta me...</p>
<p><b>T-ESPE-044001.PDF</b> <span style="float: right;">3.8%</span></p> <p><a href="https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/22793/1/t-e...">https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/22793/1/t-e...</a></p> <p>Leptop1</p> <p>1 Actividades recreativas en el desarrollo psicomotor grueso en niños de preparatoria de la Unidad Educativa Ciudad Guayaquil en el per...</p>
<p><b>Browsing Trabajos de Grado (Pregrado) by Subject "...</b> <span style="float: right;">0.1%</span></p> <p><a href="http://repositorio.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/29...">http://repositorio.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/29...</a></p> <p>Encuesta de satisfacción xmla\custome.btn.site_map Login Toggle navigation LA UNIVERSIDAD...</p>

ORLANDO  
RODRIGO  
CARRASCO COCA

Firmado digitalmente por  
ORLANDO RODRIGO  
CARRASCO COCA  
Fecha: 2023.08.30 08:39:13  
-05'00'

Mgr. Carrasco Coca, Orlando Rodrigo  
Director



**Departamento de Ciencias Humanas y Sociales**

**Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte**

**Certificación**

Certifico que el trabajo de integración curricular: **“Análisis comparativo metodológico en la enseñanza de la técnica del cabeceo en la Escuela Sociedad Deportiva Aucas - Academia Santo Domingo Sub 12.”** fue realizado por los señores **Calo Calo, Jordy Mauricio y De la Torre Pachacama, Cristhian Alexander** el mismo que cumple con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, además ha sido revisado y analizado en su totalidad por la herramienta de verificación de similitud de contenidos; razón por la cual me permito acreditar y autorizar para que se lo sustente públicamente.

**30 de agosto del 2023**

ORLANDO  
RODRIGO  
CARRASCO COCA

Firmado digitalmente por  
ORLANDO RODRIGO CARRASCO  
COCA  
Fecha: 2023.09.19 10:52:57

.....  
**Mgtr. Carrasco Coca, Orlando Rodrigo**

**C.C. 1714611744**



**Departamento de Ciencias Humanas y Sociales**

**Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**Responsabilidad de autoría**

Nosotros, Calo Calo, Jordy Mauricio y De la Torre Pachacama, Cristhian Alexander con cédulas de identidad n° 1727166850 y n° 1725649568, declaramos que el contenido, ideas y criterios del trabajo de integración curricular: **"Análisis comparativo metodológico en la enseñanza de la técnica del cabeceo en la Escuela Sociedad Deportiva Aucas - Academia Santo Domingo Sub 12.."**, es de nuestra autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas.

**30 de agosto del 2023**

.....  
**Calo Calo, Jordy Mauricio**  
**C.C. 1727166850**

.....  
**De La Torre Pachacama, Cristhian Alexander**  
**C.C. 1725649568**



**Departamento de Ciencias Humanas y Sociales**

**Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**Autorización de publicación**

Nosotros, Calo Calo, Jordy Mauricio y De la Torre Pachacama, Cristhian Alexander con cédulas de identidad n° 1727166850 y n° 1725649568, autorizamos a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de integración curricular: "Análisis comparativo metodológico en la enseñanza de la técnica del cabeceo en la Escuela Sociedad Deportiva Aucas - Academia Santo Domingo Sub 12.", en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de nuestra responsabilidad.

**30 de agosto del 2023**

.....  
**Calo Calo, Jordy Mauricio**  
**C.C. 1727166850**

.....  
**De La Torre Pachacama, Cristhian Alexander**  
**C.C. 1725649568**

### **Dedicatoria**

Dedico de todo corazón esta tesis a mi Padre y a mi Madre que con sus esfuerzos y sacrificios soy la persona que soy, a mis hermanos que supieron comprender lo que quería ser y me apoyaron siempre, a mi abuelita que con cada consejo me hacía mejor persona, a mis tíos de parte de madre sin excepción alguna a mis primos que formaron parte de mi carrera que a la vez se convirtieron como mis alumnos gracias por el apoyo siempre un agradecimiento desde el fondo de mi corazón y a esa persona especial que ahora forma parte de mi vida por haberme comprendido siempre y está conmigo hasta el día de hoy. Por esto les doy mi trabajo en ofrenda de su paciencia, comprensión y amor que me dieron cada uno de ustedes, en este momento podré decir que lo logré y voy por más.

**Cristian De la Torre**

Dedico todo mi esfuerzo y perseverancia a mis padres, mi familia que siempre estuvieron conmigo en todo momento sea bueno o malo, cada cosa que yo logre será gracias a ustedes y siempre serán mi mejor cobijo en cada caminar.

**Jordy Calo**

## **Agradecimiento**

Primeramente daré gracias a Dios por darme la paciencia, la inteligencia y la perseverancia ya que me ha permitido ingresar a cada nivel educativo que he cursado como ahora finalizó con la Universidad, teniendo en cuenta las dificultades que tuve que pasar en la niñez y la adolescencia por el sigo de pie, a la Universidad por permitirme explotar mis capacidades y llenarme de conocimientos para ser la persona profesional que ahora soy, gracias a cada maestro que con cada enseñanza nos beneficiaba a ser mejores cada día e incluso ser mejores que ellos y llevarnos de la mano como sus hijos al punto del éxito Finalmente agradezco al lector de este apartado ya que con esfuerzo y dedicación me permite mostrar mis experiencia, investigaciones y conocimientos, incurrir dentro de su repertorio de información mental.

### **Cristian De la Torre**

Gracias Dios porque ambos sabemos por todo lo que pasamos para llegar a la instancia en que nos encontramos, por ser el pilar y guiador en cada paso que tome a lo largo de la carrera, al igual que mis padres y mi familia sin su apoyo, confianza y dedicación no sería posible este momento.

### **Jordy Calo**

## Índice de contenidos

Resumen.....	13
Abstract.....	14
Capítulo 1: Marco referencial .....	15
Antecedentes.....	15
Planteamiento del problema .....	17
Justificación e importancia .....	18
El problema de investigación .....	20
Objetivos de la investigación.....	20
<i>Objetivo general.....</i>	<i>20</i>
<i>Objetivos específicos.....</i>	<i>20</i>
Hipótesis de trabajo.....	20
Variables de Investigación .....	21
<i>Operacionalización de las variables.....</i>	<i>21</i>
Capítulo 2: Marco Teórico .....	23
Antecedentes.....	23
Técnica .....	24
Categorización de la técnica.....	26
<i>Clasificación según el tipo de movimiento .....</i>	<i>27</i>
<i>Técnica de desplazamiento, técnica de manipulación y técnica de equilibrio. ....</i>	<i>27</i>
<i>La técnica y las diferentes disciplinas deportivas .....</i>	<i>28</i>
<i>Las disciplinas deportivas y la técnica .....</i>	<i>29</i>
<i>La técnica en el fútbol.....</i>	<i>30</i>
<i>La técnica y enseñanza.....</i>	<i>31</i>
<i>La técnica y sus cualidades .....</i>	<i>34</i>
<i>Técnica del cabeceo.....</i>	<i>37</i>



	9
<i>Fases de enseñanza del cabeceo</i> .....	42
Metodología de enseñanza .....	43
Los métodos de la enseñanza en el fútbol .....	45
<i>Método situacional</i> .....	46
<i>Método tradicional o directo</i> .....	46
<i>Método analítico</i> .....	46
<i>Método cognitivo</i> .....	47
<i>Los recursos y medios para el aprendizaje en el fútbol</i> .....	47
Métodos y la relación en la enseñanza del fútbol.....	49
Tiempos empleados en aprendizaje-enseñanza.....	51
El recurso como elemento fundamental del aprendizaje .....	55
Capítulo 3: Metodología de la investigación .....	57
Tipo de investigación.....	57
Método de Investigación .....	57
<i>Métodos teóricos</i> .....	57
Población y muestra .....	59
<i>Población</i> .....	59
<i>Muestra</i> .....	59
<i>Recolección de información</i> .....	59
<i>Técnicas e instrumentos</i> .....	59
<i>Instrumento de evaluación metodológica</i> .....	59
Instrumento de evaluación técnico de cabeceo.....	63
<i>Test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso</i> .....	63
<i>Test de cabeceo frontal de distancia en vuelo</i> .....	64
<i>Test de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso</i> .....	64
<i>Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo</i> .....	65

	10
<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo.....</i>	<i>65</i>
<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en vuelo.....</i>	<i>66</i>
<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia con el piso.....</i>	<i>67</i>
<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión con el piso.....</i>	<i>68</i>
<i>Tratamiento y análisis estadísticos de datos.....</i>	<i>70</i>
Capítulo 4: Análisis de Resultados.....	71
Análisis técnicos de cabeceo.....	71
Análisis de la Ficha de Observación.....	78
Conclusiones.....	85
Recomendaciones.....	86
Bibliografía.....	87

### Índice de tablas

<b>Tabla 1</b>	<i>Variable independiente: Técnica del cabeceo</i> .....	21
<b>Tabla 2</b>	<i>Variable dependiente Metodología de enseñanza</i> .....	22
<b>Tabla 3</b>	<i>Organización de espacio y tiempo de aprendizaje</i> .....	60
<b>Tabla 4</b>	<i>Recursos materiales y personales</i> .....	61
<b>Tabla 5</b>	<i>Metodología y aprendizaje</i> .....	62
<b>Tabla 6</b>	<i>Análisis de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso</i> .....	71
<b>Tabla 7</b>	<i>Análisis de cabeceo frontal de distancia en vuelo</i> .....	72
<b>Tabla 8</b>	<i>Análisis de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso</i> .....	73
<b>Tabla 9</b>	<i>Análisis de cabeceo frontal de precisión en vuelo</i> .....	74
<b>Tabla 10</b>	<i>Análisis del Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo</i> .....	75
<b>Tabla 11</b>	<i>Análisis del Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia con el piso</i> ....	76
<b>Tabla 12</b>	<i>Análisis del Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión con el piso</i> ....	77

## Índice de figuras

<b>Figura 1</b>	<i>Tipos de cabeceo .....</i>	40
<b>Figura 2</b>	<i>Formas de efectuar el golpe de cabeza.....</i>	41
<b>Figura 3</b>	<i>Desarrollo del proceso.....</i>	52
<b>Figura 4</b>	<i>Test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso.....</i>	63
<b>Figura 5</b>	<i>Test de cabeceo frontal de distancia en vuelo .....</i>	64
<b>Figura 6</b>	<i>Test de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso.....</i>	65
<b>Figura 7</b>	<i>Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo .....</i>	66
<b>Figura 8</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo.....</i>	67
<b>Figura 9</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en vuelo.....</i>	68
<b>Figura 10</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso ..</i>	69
<b>Figura 11</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso..</i>	69
<b>Figura 12</b>	<i>Análisis de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso .....</i>	71
<b>Figura 13</b>	<i>Análisis comparativo de cabeceo frontal de distancia en vuelo.....</i>	72
<b>Figura 14</b>	<i>Cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso .....</i>	73
<b>Figura 15</b>	<i>Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo .....</i>	74
<b>Figura 16</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo.....</i>	75
<b>Figura 17</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso ..</i>	76
<b>Figura 18</b>	<i>Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso..</i>	77
<b>Figura 19</b>	<i>Fase 1 Organización de espacio y tiempo de aprendizaje.....</i>	78
<b>Figura 20</b>	<i>Análisis finales de organización de espacios y tiempo de aprendizaje .....</i>	79
<b>Figura 21</b>	<i>Fase 2 Recursos materiales y personales.....</i>	80
<b>Figura 22</b>	<i>Recursos materiales y personales.....</i>	81
<b>Figura 23</b>	<i>Fase 3 Metodología y aprendizaje .....</i>	82
<b>Figura 24</b>	<i>Metodología y aprendizaje .....</i>	83

## Resumen

En las distintas instituciones deportivas de iniciación del fútbol en nuestro país, podemos observar que cada una de ellas maneja de diferente forma su proceso de enseñanza, es por ello que esta investigación está enfocada a la determinación de la incidencia de la metodología de enseñanza en el aprendizaje de la fundamentación técnica, considerando al elemento técnico de cabeceo como un eje principal en su desarrollo, la investigación busca revisar todos los elementos de la metodología aplicada por cada una de ellas en la enseñanza de la técnica. El trabajo fue realizado con la escuela de fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia Santo Domingo categoría sub 12 ubicados en la ciudad de Quito; Para ello se tomó en cuenta 15 jugadores por cada uno de los grupos haciendo un total de 30 jugadores estudiados, se hace un análisis descriptivo y comparativo mediante el análisis de medias, del proceso de enseñanza como el rendimiento alcanzado en el aprendizaje de una técnica, para ello se tomó a través de evaluaciones técnicas de cabeceo en todas sus manifestaciones como también la ficha de observación metodológica la misma que se analizó en una sesión de entrenamiento de cada una de las escuelas; como resultados fundamentales se obtuvieron que la escuela de fútbol de Sociedad Deportiva Aucas cuenta con una metodología de aprendizaje eficiente, tanto en el rendimiento técnico del cabeceo, como también en los elementos metodológica aplicada comprobando así la hipótesis de trabajo donde la metodología de enseñanza es determinante en la enseñanza de la técnica del cabeceo.

*Palabra claves:* metodología de enseñanza, fundamentación técnica, cabeceo, aprendizaje

### **Abstract**

In the different sports institutions of soccer initiation in our country, we can observe that each of them handles their teaching process in a different way, which is why this research is focused on determining the incidence of the teaching methodology in the learning of the technical foundation, considering the technical element of pitching as a main axis in its development, the research seeks to review all the elements of the methodology applied by each one of them in the teaching of the technique. The work was carried out with the soccer school of Sociedad Deportiva Aucas and the Santo Domingo Academy under 12 category located in the city of Quito; For this, 15 players were taken into account for each of the groups, making a total of 30 players studied, a descriptive and comparative analysis is made through the analysis of means, of the teaching process as the performance achieved in learning a technique, for this, it was taken through technical evaluations of pitching in all its manifestations as well as the methodological observation sheet, which was analyzed in a training session of each one of the schools; As fundamental results, it was obtained that the soccer school of Sociedad Deportiva Aucas has an efficient learning methodology, both in the technical performance of pitching, as well as in the methodological elements applied, thus verifying the working hypothesis where the teaching methodology is decisive. in teaching pitching technique.

*Keywords:* teaching methodology, technical foundation, pitching, learning

## Capítulo 1: Marco referencial

### Antecedentes

El mundo deportivo se ha visto cambiantes en todos sus componentes tanto en el sus procesos metodológicos, tecnológicos como también sus estándares de calidad , la investigación científica en este campo ha tenido un peso fundamental para el logro de grandes resultados deportivos vemos jugadores extremadamente rápidos en relación hace unas décadas atrás, jugadores que son fuertes y con condiciones corporales importante es por ello que los procesos formativos y metodológicos en la etapa infantil es importante y trascendental cada día más.

Existen sinnúmero de escuela de futbol muchas de ellas provienen de proyectos personal que con muy pocos componentes funcionan, mientras que hay otras que cuentan con respaldos en todos los aspectos metodológicos, estructurales, humanos, logísticos y otros; hay escuela que cuentan con procesos de enseñanza importante basados en diferentes teorías de aprendizaje y que han podido experimentar mediante los diferentes errores que han tenidos hasta llegar a resultados importantes.

El aprendizaje en la etapa de formaciones fundamental, tanto sus fundamentos técnicos ofensivos y defensivos de portero como todos los valores y los componentes teóricos ha tomado un valor importante en el proceso de formación los mismos que son los pilares de la formación a largo plazo en cada uno de los jugadores de fútbol, el proceso metodológico es un papel fundamental que atraviesa en estos tiempos las bases del futbolista profesional es por ello que analizar la metodología de enseñanza en los jugadores de fútbol como también los comportamientos conductuales de cada uno de ellos es significativo, revisar técnicamente las conductas motoras y psíquicas de cada uno de los niños que ingresan en las diferentes escuelas de formación deportiva y sobre todo de la disciplina de futbol es trascendental

analizarlo niños que entran a los 6 y finalizan su proceso a los 12 años para luego entrar en un proceso de alta competencia intervienen elementos importantes metodológicos en cuestión de las técnicas y métodos aplicadas por parte de los entrenadores, como sus tiempos aplicados en una sesión de entrenamiento, los fundamentos técnicos sistemáticos de la enseñanza como también el recurso utilizado para este cometido, esto conlleva a que si se tiene todos estos componentes determinados y desarrollados al más alto nivel se podrá tomar en cuenta un muchacho que cuente con las condiciones óptimas para el nivel competitivo que el deporte de la disciplina del fútbol exige, los docente o entrenadores es uno de los entes más importantes en el proceso de formación en los muchachos los mismos que le van a permitir tener un desenvolvimiento óptimo en su proceso de enseñanza en la en edades de 6 a 8 años determinará su direccionamiento claro y preciso mediante sus valores logrados y la disciplina alcanzada factores requeridos en todo proceso de vida la ganancia de valores de disciplina es el pilar de posteriores exigencias, para posteriormente en edades de 10, 11 y 12 años especializarles en las diferentes técnicas de la disciplina del futbol.

El club de futbol profesional Sociedad Deportiva Aucas es una institución del fútbol profesional cuenta con gran experiencia con infraestructura con el personal humano calificado como también todos los componentes logísticos para un proceso de formación metodológica idóneo, se observa que el mencionado Club también cuenta con el nivel de competencia óptimo para formar jugadores de buen rendimiento en esta instancia, como también la gran acogida que cuentan por su historia y su nivel profesional, esto permite llevar un proceso de formación diferente a otras instituciones deportivas o a la vez proyectos personales deportivos que no cuentan con el recurso con los medios para estructurar un proceso de formación deportiva y que no se vuelven competentes en etapas de formación infantil, juvenil o profesional



## **Planteamiento del problema**

Las escuelas o proyectos personales que buscan crear un proceso de formación metodológica es muy recurrente ver la deficiencia con la que cuentan cada una de ellas es así que la investigación a realizarse está enfocada a realizar un análisis comparativo diferencial entre sus componentes metodológicos con la que cuentan la escuela de formación de Sociedad Deportiva Aucas con la Academia de fútbol Santo Domingo en la ciudad de Quito analizando su metodología de enseñanza valorando sus componentes estructurales metodológicos como también comparar la problemática con la que cuentan cada una de ellas, otro de los componentes importantes que hay que considerar que muchos de los proyectos personales deportivos o escuelas de fútbol están enfocadas a vincularles en las distintas opciones o instituciones deportivas que cuentan con categorías profesionales o formativas en el deporte ecuatoriano ya que las mismas no cuentan con esta oportunidad lo que hace difícil encontrar una opción por las deficiencias físicas, técnicas y psicológicas para rendir en competencias.

La enseñanza orientada a la técnica del cabeceo desde siempre y con el paso de los años, ha demostrado tener una multidireccionalidad comprendida en el facilitar la enseñanza práctica de todo lo que es necesario conocer, tanto en lo general como lo específico dentro de este deporte. Al dominar una metodología de enseñanza dentro del fútbol en el entrenamiento, obtendremos características netas en el ámbito de la preparación y adaptación en la técnica; sin embargo, la desatención por parte de los deportistas, el poco interés por los contenidos teóricos impartidos por el entrenador, y en ocasiones la desactualización de los mismos, conllevan a una idea errada de cada uno de los conocimientos a ser tratados (conceptos de entrenamiento, reglamentos, espíritu deportivo, y otros). Procediendo en cada una de las escalas de este deporte, nos damos cuenta que debe existir una reflexión sobre cómo dar a

conocer e interactuar con los contenidos teóricos, prácticos y con base en lo técnico táctico. Según el especialista (Hernandez, 2012) señala que se toma en cuenta cada una de los componentes fundamentales para concebir una metodología enfocada en la enseñanza de la técnica que nos da acceso al dominio existente de las habilidades motoras del jugador: movimientos, estrategia y principios para la solución de tareas motoras en el juego. Estas técnicas a ser mencionadas van vinculadas con la calidad de los jugadores con los que contamos, de ahí el hecho de saber impactar con la metodología de enseñanza y el aprendizaje apropiado por los deportistas como un afán dentro del deporte.

Al dirigir nuestro estudio en la metodología adecuada para dar a conocer todas las ayudas integradas dentro del fútbol, de esta manera nos inclinamos a la enseñanza de la técnica ofensiva y defensiva en el aspecto individual, ya que como fue mencionado anteriormente es fundamental fortalecer la calidad de juego y condición física para defender y realizar jugadas ofensivas de manera individual con buena intensidad. La mejor manera de trabajar la técnica en el fútbol se da por un método de juego basado en un juicio consciente de las acciones del entrenador, analizando comparativamente las realidades que se presenta en la estructura del entrenamiento

### **Justificación e importancia**

Consideramos que lo más importante de esta investigación es sacar resultados tangibles, concretos e importantes, analizando todos los componentes de la metodología de la enseñanza, en esta ocasión vamos a dar tratamiento al fundamento técnico del cabeceo uno de los elementos que son fundamentales en condiciones ofensivas y defensivas, este análisis se lo podría realizar con diferentes elementos técnicos sean estos ofensivos, defensivos o sean de los porteros como también cualidades físicas, como la fuerza, resistencia, velocidad la flexibilidad, así también condiciones tácticas de movilidad en el campo de juego un análisis fundamental para considerar una reestructuración de todos estos componentes metodológicos

de enseñanza de los muchachos. Todo padre sueña en que su hijo participe de las grandes ligas futbolísticas pero lamentablemente esto no acontece, producto de que muchas de las instituciones no cuentan con un proceso metodológico adecuado y que se ven más direccionadas en tener una respuesta económica más que formativa, es allí donde a través de esta investigación queremos plantear y realizar un balance significativo del procedimiento adecuado de enseñanza como la durabilidad de cada una de las sesiones de entrenamiento la aplicación de planificaciones y programaciones estructuradas en función de las fajas etarias que los niños pertenecen; el tiempo de dedicación que tienen cada uno de ellos, como también los métodos aplicados en las sesiones de entrenamiento unos se ven limitados por la gran cantidad de niños a este cometido; el recurso didáctico es útil en la enseñanza y muchos de ellos no cuentan con lo más básico que es un balón de fútbol y que deben acomodarse con un balón para cuatro o cinco niños, también consideramos del nivel de exigencia cognitiva psíquica que debe tener un proceso de enseñanza del fútbol acorde a su edad y su nivel biológico y psicológico, el nivel de competencia también es otro paramétrico significativo en el proceso esto conlleva que el día a día de los muchos sea de retos y mejoramientos enfocados a un entorno social de exigencia y de alcanzar el mayor rendimiento posible, los factores externos que alimentaran esta formación.

La investigación se basa en la metodología de enseñanza por medio de la técnica individual, enfocado al mejoramiento del rendimiento en las categorías formativas. Se tomarán como base los entrenamientos y la observación en los partidos de fútbol, generando un análisis del mejoramiento y deficiencias por trabajar, en el cual se implementarán los ejercicios básicos, incorporando el desarrollo de la técnica del cabeceo como capacidad primordial, esta investigación estará centrada en las categorías formativas de un intervalo 12 años en la ciudad de Quito

## **El problema de investigación**

¿Cómo incide la aplicación de la metodología de enseñanza en la técnica de cabeceo en Sociedad Deportiva Aucas y la academia de fútbol Santo Domingo en la ciudad de Quito?

## **Objetivos de la investigación**

### ***Objetivo general***

¿Analizar la metodología de enseñanza de la técnica de cabeceo aplicada en Sociedad Deportiva Aucas y la academia de fútbol Santo Domingo en la ciudad de Quito categoría sub 12?

### ***Objetivos específicos***

- Revisar bibliográficamente los componentes metodológicos en un proceso de enseñanza del futbol
- Analizar la metodología de enseñanza aplica en la escuela de fútbol Sociedad Deportiva Aucas y Academia Santo Domingo sub 12
- Evaluar el rendimiento alcanzado en el fundamento técnico de cabeceo en las escuelas de fútbol Sociedad Deportiva Aucas y Academia Santo Domingo sub 12
- Ejecutar un análisis comparativo entre los elementos de la metodología de enseñanza utilizados para el aprendizaje de la técnica del cabeceo.

## **Hipótesis de trabajo**

**H1** La metodología de enseñanza incide en la técnica de cabeceo de las escuelas de futbol de Sociedad Deportiva Aucas y la academia de fútbol Santo Domingo sub 12 en la ciudad de Quito?

**H0** La metodología de enseñanza **No** incide en la técnica de cabeceo de las escuelas de futbol de Sociedad Deportiva Aucas y la academia de fútbol Santo Domingo sub 12 en la ciudad de Quito?

### **Variables de Investigación**

- Metodología de enseñanza
- Técnica del cabeceo

### **Operacionalización de las variables**

**Tabla 1**

*Variable independiente: Técnica del cabeceo*

<b>Variable independiente</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Técnica del cabeceo</b>	La técnica es considerada individual debido que puede desequilibrar en cualquier momento del partido, gesto que permite resolver acciones ofensivas y defensivas. (Fernandez, 2013)	Técnica de cabeceo ofensivo y defensivo	Fases del cabeceo: Preparación Impacto Vuelo Recuperación	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Distancia del cabeceo</li> <li>•Precisión del cabeceo</li> <li>•Efectividad del cabeceo</li> </ul>	Test distancia en el cabeceo (Sanchez, 2002)  Test de precisión en el cabeceo (Vega, Rodríguez, & Santos, 2021)

**Tabla 2***Variable dependiente Metodología de enseñanza.*

<b>Variable dependiente</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Metodología de enseñanza</b>	La metodología es un conjunto consecuente de técnicas y acciones lógicamente coordinadas para dirigir el aprendizaje de los alumnos hacia determinados objetivos de aprendizaje. (Benítez, 2009)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sujetos</li> <li>• Objetivo</li> <li>• Currículo</li> <li>• Competencias</li> <li>• Contenidos</li> <li>• Estrategias</li> <li>• Medios</li> <li>• Recurso</li> <li>• Organización</li> <li>• Infraestructura</li> <li>• Evaluación.</li> </ul>	Efectividad Eficiencia	Ficha de observación tabla de baremos. (Masis, 2002)

## Capítulo 2: Marco Teórico

### Antecedentes

Podemos revisar las dos variables de estudio tanto la metodología de enseñanza como también la técnica individual del cabeceo; Ahí encontramos que tienen relación estas dos variables en el proceso de enseñanza, por el un lado el fundamento técnico del cabeceo desde un contexto bibliográfico y técnico requiere una sistematización para la adquisición y automatización de este gesto el mismo que es útil en la competencia el proceso de aprendizaje de la técnica tendrá diferentes contextos de aprendizaje y de asimilación de la información motora es por ello que llevará cada uno de estos, tareas significativas y sistemáticas para la adquisición de este elemento complejo los mismos que sean útiles para la creación y grabación del gesto técnico donde deben ser desarrollado en función de los principios pedagógicos que debe tener al momento de aplicarse en las diferentes fajas etarias, el cabeceo es un elemento técnico específico a aplicarse entre los 10 a 12 años hacia adelante buscando en los muchachos no provocar un daño psicológico, velando por la formación integral respetando su crecimiento anatómico biológico y psicológico.

Por otro lado, la variable metodología de enseñanza tiene un contexto muy amplio que abarca fundamentos pedagógicos, filosóficos y psicológicos que parten de procesos educativos y formativos evidenciados en el transcurso de los tiempos. La metodología y con ellos sus elementos de aprendizaje genera de forma trascendental la adquisición de cualquier proceso educativo, contenido o tarea motora y así dar cumplimiento a los objetivos propuestos en el proceso de formación, llevándose todos estos beneficios hacia la educación física o motora como también hacia los deportes, una metodología de enseñanza estructura con todos los eslabones de aprendizaje que conlleven a la adquisición de los contenidos.

El proceso de enseñanza-aprendizaje de las distintas habilidades deportivas en cada una de las sesiones de entrenamiento, representa un aspecto fundamental en el deporte, pero

algunos entrenadores desconocen las características y relaciones que existen entre sus componentes. La presente investigación se centró en analizar los elementos del proceso metodológico de enseñanza del deporte infantil y su interacción dinámica en el ámbito futbolístico. Para ello, se llevó a cabo esta investigación de tipo descriptiva comparativa que permitió la revisión, interpretación y contrastación de diversas fuentes bibliográficas a través del análisis de contenido y técnicos cuantitativos. El entrenador planifica y ejecuta el acto de enseñanza, tomando en cuenta el contexto, las características de sus deportistas y los aspectos inherentes a la enseñanza motora, tales como: objetivos, contenidos, metodología, recursos y evaluación componentes transcendentales en la formación deportiva de los futuros futbolistas.

### **Técnica**

(Platonov, 1995) experto en el campo del entrenamiento deportivo. En su obra "La Preparación Física", Platonov aborda diversos aspectos relacionados con el entrenamiento de alto rendimiento, incluyendo la técnica deportiva.

Según Platonov, la técnica deportiva es una habilidad adquirida a través de la práctica y la repetición de movimientos específicos. Esta habilidad permite a los deportistas ejecutar acciones de manera eficiente y efectiva durante la competencia.

El autor destaca que la técnica deportiva no se limita simplemente a la ejecución mecánica de los movimientos, sino que implica una combinación de factores biomecánicos, neuromusculares y cognitivos. Para Platonov, la técnica es un proceso de aprendizaje y perfeccionamiento continuo, en el cual los deportistas deben adquirir una comprensión profunda de los principios fundamentales de movimiento y desarrollar la capacidad de aplicarlos de manera óptima en su disciplina deportiva.

Platonov resalta la importancia de la práctica sistemática y repetitiva de los movimientos técnicos, ya que esta repetición permite al deportista adquirir automatismos y mejorar la



eficiencia en la ejecución. Además, destaca que la técnica deportiva debe ser específica para cada disciplina y considerar las características individuales de cada deportista, como su morfología, habilidades físicas y capacidades técnicas.

La técnica deportiva, según Wladimir Platonov, se define como la capacidad adquirida a través de la repetición y práctica de movimientos específicos, permitiendo a los deportistas ejecutar acciones de manera eficiente y efectiva durante la competencia. Platonov enfatiza que la técnica va más allá de la ejecución mecánica, involucrando aspectos biomecánicos, neuromusculares y cognitivos. Además, destaca la importancia de la práctica sistemática y repetitiva para desarrollar automatismos y mejorar la eficiencia en la ejecución técnica. También subraya que la técnica debe ser adaptada a cada disciplina y considerar las características individuales de los deportistas. En resumen, la técnica deportiva implica adquirir habilidades específicas a través de la práctica constante, aplicando principios fundamentales de movimiento y adaptándose a las particularidades de cada deporte y deportista.

La técnica en el fútbol se refiere al conjunto de habilidades motoras y destrezas que los jugadores utilizan para controlar el balón, pasar, regatear, disparar y ejecutar otros movimientos necesarios durante el juego. Es fundamental para el rendimiento individual y colectivo en este deporte.

La técnica es la base fundamental del juego y que los jugadores deben desarrollarla desde temprana edad. Se enfatiza en la necesidad de dominar habilidades como el control del balón con diferentes partes del cuerpo, la precisión en los pases y tiros, así como la capacidad de regatear a los oponentes. (Cruyff, 2018)

La técnica se refiere a los procedimientos y recursos que se emplean para lograr un resultado específico. Las técnicas tienen el objetivo de satisfacer necesidades y requieren de quien las aplica. Cualquier actividad que es realizada en la vida diaria sigue un método o procedimiento, es decir, una técnica.

Conjunto de modelos biomecánicos y anatómico-funcionales que los movimientos deportivos tienen implícitos para ser realizados con la máxima eficiencia.

Es por tanto una concepción ideal basada en los conocimientos científicos actuales, la cual cada atleta aspira realizar y adaptar a sus particularidades biológicas e intelectuales

Según (Gutierrez, 2002) la define como “la habilidad para hacer uso de procedimientos y recursos. Significa cómo hacer algo. Es el procedimiento que adoptan el docente y los alumnos durante el proceso de enseñanza y aprendizaje.

La técnica en el deporte se refiere al conjunto de habilidades y movimientos específicos que un deportista utiliza para realizar una actividad deportiva de manera eficiente y efectiva. Es el dominio y control preciso de los movimientos y acciones necesarios para ejecutar una técnica específica en un deporte determinado.

La técnica es crucial para lograr un rendimiento óptimo, ya que afecta directamente la precisión, la eficiencia, la velocidad, la potencia y la capacidad de respuesta del deportista. Una buena técnica permite al deportista aprovechar al máximo sus habilidades físicas, coordinación y destrezas, y le ayuda a realizar las acciones requeridas de manera correcta y con el menor gasto de energía posible.

### **Categorización de la técnica**

- Técnica individual: Se refiere a las habilidades individuales requeridas para un deporte en particular. Esto puede incluir movimientos básicos como correr, saltar, lanzar, golpear o atrapar, así como movimientos más complejos y especializados específicos de cada deporte.
- Técnica ofensiva y técnica defensiva: Esta clasificación se aplica a deportes en los que hay una distinción clara entre el juego ofensivo y defensivo. La técnica ofensiva se

centra en las habilidades necesarias para atacar, como el remate en voleibol o el tiro al aro en baloncesto. La técnica defensiva se refiere a las habilidades utilizadas para la defensa, como el bloqueo en voleibol o la marca en fútbol.

- Técnica individual y técnica colectiva: Esta clasificación distingue entre las habilidades técnicas individuales y las habilidades técnicas que involucran la interacción con otros jugadores o compañeros de equipo. Las técnicas individuales se refieren a las habilidades que un deportista realiza de manera individual, como el dribling en baloncesto o el saque en tenis. Por otro lado, las técnicas colectivas se relacionan con la coordinación y comunicación entre los miembros de un equipo, como las paredes en fútbol o el juego en equipo en baloncesto.
- Técnica de competición: Es la capacidad de aplicar la técnica de manera efectiva y consistente durante una competencia, teniendo en cuenta factores como la presión, el tiempo limitado, la oposición de los oponentes y el entorno de juego.
- Para desarrollar una buena técnica en el deporte, es importante recibir una instrucción adecuada por parte de entrenadores especializados, practicar regularmente, recibir retroalimentación y realizar ejercicios específicos para mejorar las habilidades técnicas. El enfoque, la concentración y la práctica son elementos clave para perfeccionar la técnica en cualquier disciplina deportiva.

### **Clasificación según el tipo de movimiento**

#### ***Técnica de desplazamiento, técnica de manipulación y técnica de equilibrio.***

- Técnica de desplazamiento: se relaciona con los movimientos de locomoción, como correr, saltar, deslizarse, etc.

- Técnica de manipulación: se enfoca en los movimientos relacionados con el manejo y control de objetos, como lanzar, golpear, atrapar, etc.
- Técnica de equilibrio: se refiere a los movimientos que implican mantener el equilibrio, como giros, saltos, posturas, etc.

### ***La técnica y las diferentes disciplinas deportivas***

(Riera, 1995) nos da a conocer que “La técnica es un aspecto fundamental en el mundo del deporte, ya que permite a los atletas ejecutar movimientos de manera eficiente y efectiva. Cada disciplina deportiva tiene sus propias técnicas específicas que los participantes deben aprender y dominar para tener éxito en su práctica”. La técnica desempeña un papel fundamental en el ámbito deportivo, ya que permite a los deportistas llevar a cabo sus movimientos de forma eficiente y efectiva. Cada disciplina deportiva cuenta con sus propias técnicas particulares que los participantes deben adquirir y dominar para lograr el éxito en su práctica.

En deportes de equipo como el fútbol, la técnica es esencial para el rendimiento individual y colectivo. Los futbolistas deben tener habilidades técnicas sólidas, como el control del balón, el pase, el regate y el remate, para garantizar eficazmente al juego de su equipo. Del mismo modo, los jugadores de baloncesto deben dominar la técnica de driblar, pasar, lanzar y defender para tener éxito en el campo.

La técnica es un componente esencial en todas las disciplinas deportivas. A través de una formación adecuada y la práctica constante, los atletas pueden desarrollar y perfeccionar sus habilidades técnicas para mejorar su rendimiento y alcanzar sus metas. La técnica correcta no solo permite a los deportistas realizar movimientos de manera eficiente, sino que también reduce el riesgo de lesiones y mejora la consistencia en el rendimiento.

### ***Las disciplinas deportivas y la técnica***

La técnica se presenta en diferentes disciplinas deportivas en cada una de ellas es propia y tiene su propia especificidad, como en las actividades de la vida cotidiana, las técnicas las empleamos a diario y muchas veces de manera inconsciente; por ejemplo, cuando atamos las trenzas de nuestros zapatos, aplicamos estilos que hemos aprendido y que hacen que el procedimiento sea más rápido de igual manera vemos cómo otras personas usan otras técnicas que seguramente les funcionan mejor que la nuestra.

En la cita anteriormente mencionada se observa la importancia de aplicar la técnica en la vida cotidiana y también en distintas disciplinas como deportes, arte, salud, etc.; ya que al tenerla se consigue una mayor eficacia en la realización de distintas actividades causando que estas se consigan en un menor tiempo y de una manera prolija. Se debe encontrar la técnica que mejor resulte a cada persona y con la que se obtenga mejores resultados, esto se consigue también en un proceso de acierto y error.

(Sanchez E. , 2015) La técnica juega un papel fundamental en todas las disciplinas deportivas, ya que es a través de la técnica que los deportistas realizan movimientos específicos y ejecutan habilidades necesarias para cada deporte en particular”

Las técnicas en las disciplinas deportivas se refieren a los movimientos y habilidades específicas que los deportistas utilizan para realizar acciones y ejecutar correctamente las tareas requeridas en cada deporte en particular. Estas técnicas son desarrolladas y perfeccionadas a través de la práctica, el entrenamiento y la experiencia.

Cada disciplina deportiva tiene sus propias técnicas distintivas que se adaptan a las demandas específicas del deporte. Estas técnicas implican la utilización de patrones de movimiento específicos, la adopción de posturas adecuadas, la coordinación de acciones y el dominio de habilidades específicas para alcanzar el máximo rendimiento.

A continuación, algunos ejemplos de la importancia de la técnica en diferentes disciplinas deportivas:

**Fútbol:** En el fútbol, la técnica abarca habilidades como el control del balón, el pase, el regate, el disparo y el juego de cabeza. Los jugadores deben dominar estas técnicas para ser efectivos en el campo y contribuir al éxito de su equipo.

**Baloncesto:** En el baloncesto, la técnica incluye el manejo del balón, el lanzamiento, el pase, el rebote y el posicionamiento defensivo. Los jugadores deben desarrollar una técnica adecuada para mejorar su precisión y eficiencia en el juego.

**Tenis:** En el tenis, la técnica abarca el golpe de derecha, el revés, el saque y la volea. Los jugadores deben tener una técnica sólida para controlar la dirección y la potencia de sus golpes, así como para moverse eficientemente por la cancha.

**Gimnasia artística:** En la gimnasia artística, la técnica es esencial en cada uno de los aparatos, como las barras asimétricas, el suelo, el salto y la viga. Los gimnastas deben dominar movimientos precisos, equilibrio y flexibilidad para ejecutar rutinas de alto nivel.

**Natación:** En la natación, la técnica influye en la eficiencia y la velocidad en el agua. Aspectos como la patada, la brazada, la posición del cuerpo y la respiración son fundamentales para maximizar el rendimiento en el estilo correspondiente (crol, espalda, mariposa o braza).

### ***La técnica en el fútbol***

(Parlebas, 1988) Afirma que “La técnica en el fútbol es un aspecto fundamental para que los jugadores puedan desempeñarse de manera efectiva en este deporte. Comprende un conjunto de habilidades específicas que les permiten controlar el balón, pasar, regatear, rematar y realizar otras acciones necesarias durante un partido”. En el fútbol, la técnica juega un papel esencial en el rendimiento efectivo de los jugadores. Engloba una serie de habilidades particulares que les permiten tener control del balón, realizar pases, regates, remates y otras acciones necesarias durante un partido.

La técnica en el fútbol no solo se refiere a las habilidades individuales, sino también a la capacidad de los jugadores para combinar estas habilidades de manera efectiva en el juego en equipo. Los jugadores deben aprender a leer el juego, comunicarse entre sí y tomar decisiones rápidas para mantener la fluidez del juego y crear oportunidades de ataque. Esto implica una comprensión táctica del deporte y la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones durante un partido.

La técnica es un aspecto crucial en el fútbol. Los jugadores deben dominar habilidades como el control del balón, el pase, el regate, el remate a puerta y el juego de cabeza para destacarse en el deporte. La técnica adecuada no solo mejora el rendimiento individual, sino que también contribuye al éxito del equipo en su conjunto. Los jugadores deben dedicar tiempo y esfuerzo a desarrollar y perfeccionar su técnica a través de una formación adecuada, práctica constante y retroalimentación constructiva. Con una base técnica sólida, los jugadores pueden maximizar su potencial en el fútbol y alcanzar el éxito en el campo de juego.

### ***La técnica y enseñanza***

Durante años, en la pedagogía del fútbol se han enfrascado en una discusión teórica sobre las bondades y limitaciones, tanto del método analítico, como, el método global o integral. A través del desarrollo de este tema, se analizará exhaustivamente cada uno de ellos, exponiendo la visión que tienen varios especialistas sobre estos dos métodos. Técnicas son todos aquellos movimientos o acciones con y sin balón que realiza el futbolista durante la competición, y que dichas acciones se realizan para controlar el balón aún en las situaciones más estresantes de la competición, generar habilidades para aprender los distintos controles del balón, la técnica del cabeceo para pasar, conducir y rematar correctamente, el control de movimientos con el muslo y con el pecho, hacer pases con precisión y de forma instantánea, capacidad de recepcionar y de hacer intercambio de pases, a partir de su dominio conceptual.

La técnica en jugadores con edades de la niñez y la pubertad el método de ejercicios es simples o algo más fácil y para los más adultos se emplea en los entrenamientos más complejos. También hay la técnica individual donde se entrenan diferentes habilidades uno por uno. En cada técnica nosotros podemos descubrir nuestras habilidades y demostrarlas mediante los movimientos que podemos hacer y así voy especializando teniendo más ritmo y confianza en las habilidades.

(Blázquez, 1999) Nos dan a comprender que “La técnica en los procesos pedagógicos y de enseñanza en el fútbol es un aspecto fundamental para desarrollar las habilidades de los jugadores de manera efectiva. Comprende un conjunto de métodos, enfoques y actividades diseñadas para mejorar y perfeccionar las destrezas técnicas de los futbolistas”. En el ámbito de la formación y enseñanza del fútbol, la técnica desempeña un papel crucial en el desarrollo efectivo de las habilidades de los jugadores. Se trata de un conjunto de métodos, enfoques y actividades diseñadas específicamente con el objetivo de mejorar y perfeccionar las destrezas técnicas de los futbolistas.

En los procesos pedagógicos y de enseñanza en el fútbol, se utilizan diferentes métodos y enfoques para enseñar la técnica de manera efectiva. Se aplican ejercicios y actividades específicas que se adaptan a las diferentes etapas de desarrollo de los jugadores. Se fomenta el aprendizaje a través de la repetición y la práctica constante, así como el uso de ejercicios lúdicos y desafiantes que mantienen el interés y la motivación de los jugadores.

La técnica en los aspectos pedagógicos y de enseñanza en el fútbol desempeña un papel fundamental en el desarrollo de los jugadores. Se busca proporcionar una base sólida de habilidades técnicas, promoviendo la progresión y el perfeccionamiento a lo largo del tiempo. La correcta aplicación de la técnica, combinada con aspectos dramáticos, teóricos y psicológicos, contribuye al crecimiento integral de los jugadores ya su capacidad de desempeñarse de manera efectiva en el fútbol. Los procesos pedagógicos y de enseñanza



utilizan métodos y enfoques específicos, así como evaluación y retroalimentación constante, para facilitar el aprendizaje y el desarrollo técnico de los jugadores

La técnica en el fútbol no solo se refiere al rendimiento individual de los jugadores, sino que también desempeña un papel fundamental en los procesos de enseñanza y pedagógicos del deporte. La forma en que se enseña y se desarrolla la técnica en el fútbol puede tener un impacto significativo en el crecimiento y el éxito de los jugadores, especialmente en las etapas de formación.

En los procesos de enseñanza del fútbol, es importante adoptar enfoques pedagógicos adecuados que promuevan el aprendizaje efectivo de la técnica. Esto implica considerar factores como la edad de los jugadores, sus capacidades individuales y su nivel de experiencia.

Los métodos de enseñanza utilizados en el fútbol pueden variar, pero es esencial fomentar un enfoque práctico y participativo. Los jugadores deben tener la oportunidad de experimentar y practicar las habilidades técnicas en un entorno de juego realista y dinámico. Esto les permite desarrollar un sentido de comprensión táctica y la capacidad de aplicar la técnica en situaciones reales de juego.

Además, los métodos de enseñanza deben ser progresivos y adaptados al nivel de desarrollo de los jugadores. Es fundamental comenzar con ejercicios y actividades simples que se centren en aspectos básicos de la técnica, como el control del balón y el pase. A medida que los jugadores adquieran habilidades y confianza, se pueden introducir desafíos más complejos y situaciones de juego más realistas.

Los recursos y las herramientas utilizadas en los procesos de enseñanza también desempeñan un papel importante. Esto puede incluir el uso de conos, obstáculos, redes de portería y tecnología aplicada al deporte, como aplicaciones móviles o programas de análisis de video, que permiten a los jugadores visualizar y mejorar su técnica.

La técnica en los procesos de enseñanza y pedagógicos del fútbol implica adoptar enfoques adecuados que fomenten el aprendizaje efectivo de los jugadores. Los métodos de enseñanza prácticos y participativos, adaptados al nivel de desarrollo de los jugadores, junto con el uso de recursos y herramientas apropiadas, son fundamentales para desarrollar una técnica sólida en los jugadores jóvenes y promover su crecimiento en el deporte. (Jiménez, 2009)

### ***La técnica y sus cualidades***

Las respuestas fisiológicas indican intensidades moderadas a altas respuestas anaeróbicas elevadas e intervaladas, y la reducción en las reservas de glucógeno muscular hacia el final del partido. Las actividades relacionadas imponen un estrés fisiológico particular sobre los jugadores. (Forteza, 1999)

Las respuestas fisiológicas durante el juego, como altas intensidades anaeróbicas y una reducción en las reservas de glucógeno muscular, están relacionadas con la técnica utilizada por los jugadores. Una técnica adecuada permite generar más potencia y velocidad, maximizando la eficiencia y evitando lesiones durante acciones explosivas. Además, una técnica eficiente ayuda a conservar energía y optimizar el uso de los recursos disponibles, reduciendo el desgaste físico y preservando las reservas de energía. Al utilizar una técnica adecuada, se minimiza el desgaste químico del cuerpo y se optimiza el rendimiento al realizar movimientos eficientes, utilizando los músculos de manera óptima y reduciendo la tensión innecesaria.

Conservación de energía: Una técnica adecuada permite realizar los movimientos de forma más fluida y eficiente, reduciendo así el gasto energético innecesario. Esto implica que el cuerpo utiliza menos combustible (como el glucógeno muscular) para llevar a cabo la misma tarea en comparación con una técnica deficiente.

Menor acumulación de ácido láctico: El ácido láctico es un subproducto metabólico que se acumula en los músculos durante actividades intensas y anaeróbicas. Una técnica adecuada ayuda a distribuir la carga de trabajo de manera más equilibrada entre los músculos involucrados, evitando la acumulación excesiva de ácido láctico en áreas específicas y reduciendo así la fatiga muscular.

Reducción del estrés en las articulaciones: Se minimiza la tensión y la carga innecesaria en las articulaciones. Esto puede ayudar a prevenir lesiones relacionadas con el desgaste, como el desgaste articular y los problemas de cartílago. Al distribuir correctamente la carga de trabajo a través de una técnica eficiente, se reducen las fuerzas de impacto y se protegen las estructuras articulares.

Optimización del suministro de oxígeno: También puede mejorar la eficiencia del sistema cardiovascular y respiratorio. Al realizar movimientos de manera más coordinada y eficiente, se optimiza el suministro de oxígeno a los músculos activos, lo que reduce la necesidad de una mayor producción de energía anaeróbica y disminuye el estrés en el sistema cardiovascular.

La relación entre el desgaste energético y la técnica está estrechamente vinculada en el contexto de la actividad física. La aplicación de una técnica adecuada puede tener un impacto significativo en el desgaste energético durante el ejercicio. A continuación, se exploran algunas formas en las que la técnica puede influir en el desgaste energético:

- **Eficiencia del movimiento:** Una técnica adecuada permite realizar movimientos de manera más eficiente, lo que implica utilizar la cantidad mínima de energía para completar una acción determinada. Por ejemplo, en deportes como correr o nadar, una técnica adecuada ayuda a reducir la resistencia al aire o al agua, lo que permite un desplazamiento más eficiente y requiere menos esfuerzo energético.

- **Economía de movimiento:** La técnica adecuada también se refiere a la capacidad de utilizar los músculos de manera óptima y coordinada. Esto implica involucrar los grupos musculares correctos en el momento adecuado y minimizar la tensión y el esfuerzo innecesario. Una técnica deficiente puede resultar en movimientos ineficientes y en un mayor desgaste energético debido a la tensión excesiva o al uso incorrecto de los músculos.
- **Conservación de energía:** Una técnica adecuada permite una mejor conservación de la energía disponible. Al utilizar una técnica eficiente, se evitan movimientos excesivos o innecesarios que pueden agotar rápidamente los recursos energéticos. Por ejemplo, en deportes de raqueta, utilizar una técnica de golpeo adecuada permite generar potencia con un menor esfuerzo físico, lo que ayuda a preservar la energía a lo largo del juego.
- **Mejora de la biomecánica:** La técnica adecuada también puede influir en la alineación y el funcionamiento adecuado de las estructuras corporales, como las articulaciones y los músculos. Una biomecánica mejorada a través de una técnica adecuada puede reducir el estrés y la fatiga en las articulaciones, optimizando así el uso de energía y disminuyendo el desgaste.

La técnica en el fútbol, en relación con el desgaste fisiológico y químico, desempeña un papel fundamental en el rendimiento y la eficiencia del jugador en el terreno de juego. Durante un partido de fútbol, los futbolistas están constantemente involucrados en acciones que demandan cambios rápidos de dirección, aceleraciones, desaceleraciones, saltos y choques físicos, lo que genera una carga considerable en su sistema musculoesquelético. La ejecución adecuada de las habilidades técnicas requiere una combinación de destrezas motoras, coordinación y precisión, lo cual implica un esfuerzo físico y un desgaste a nivel muscular y cardiovascular.

El desgaste fisiológico se manifiesta en la fatiga muscular, la cual puede comprometer la capacidad de ejecutar correctamente las técnicas. Los músculos se cansan debido a la acumulación de metabolitos como el ácido láctico y la disminución de los niveles de energía almacenada en forma de ATP (adenosín trifosfato). Esto puede llevar a una disminución en la calidad de los pases, los tiros a gol y la precisión en los regates. Además, la fatiga puede afectar la capacidad de reacción y toma de decisiones del jugador, lo que repercute en su habilidad para anticiparse a las jugadas y realizar movimientos técnicos adecuados en situaciones de alta exigencia física.

En cuanto al desgaste químico, el funcionamiento eficiente del sistema nervioso central y periférico es esencial para la ejecución de las habilidades técnicas en el fútbol. La comunicación rápida y precisa entre las células nerviosas, a través de la liberación de neurotransmisores, permite la coordinación y la ejecución precisa de los movimientos. Sin embargo, durante el ejercicio intenso y prolongado, los niveles de neurotransmisores pueden verse afectados, lo que puede generar disminuciones en la velocidad de conducción nerviosa y en la precisión de los movimientos técnicos. Además, el agotamiento de los depósitos de glucógeno muscular y hepático, que son la principal fuente de energía durante el ejercicio, puede afectar la disponibilidad de combustible para los músculos y el cerebro, lo que influye en la capacidad de ejecutar las técnicas de manera óptima.

### ***Técnica del cabeceo***

En el ámbito del fútbol, el cabeceo se refiere a la habilidad de dirigir, rematar o pasar el balón utilizando la cabeza cuando este se encuentra en el aire. Es un gesto técnico ampliamente utilizado durante los partidos de fútbol y es especialmente relevante para jugadores en diversas posiciones de juego, siendo los líberos o defensas centrales, así como los puntas o delanteros, quienes suelen hacer un mayor uso de esta técnica.

El cabeceo es una técnica esencial y valorada en el fútbol, ya que permite a los jugadores interactuar con el balón en situaciones aéreas, tanto en ataque como en defensa. Esta habilidad puede marcar la diferencia en momentos cruciales del juego, como al rematar a gol, defender en el área propia o realizar un pase preciso a un compañero. Debido a su relevancia y versatilidad, se considera una destreza fundamental para todos los jugadores, independientemente de su posición en el campo. Al respecto, estudios revelan que en un encuentro de fútbol se da cerca de veinte entradas y quince cabeceos, puesto que el balón se encuentra un 30% en el aire (Hernández & García, 2012).

De la misma manera, la técnica del cabeceo es una serie de actos dinámicos de la cabeza, que deben coordinarse con precisión y fuerza para garantizar el golpeo o lanzamiento correcto del balón. Además, el cuerpo en su totalidad debe estar preparado para que el impulso dé resultado, en vista de que la técnica del cabeceo, es uno de los fundamentos técnicos imprescindibles para el futbolista, constituyéndose en un arma peligrosa, por lo que es entrenada por los equipos actuales, tanto defensivo como ofensivo. Son numerosos los estudiosos que han definido a la técnica de cabeceo en el fútbol. A continuación, presentamos algunas de las definiciones más destacadas dentro del campo de la educación física y el deporte.

Según (Benedek, 2001) manifiesta: “el cabeceo es una técnica que contribuye a un ritmo más rápido de juego, ya que el jugador no tiene que esperar el bote del balón en el suelo. El juego de cabeza se utiliza para el reenvío de balones altos, para el lanzamiento a portería, para la defensa de envíos altos o bien centros y como golpe de despeje”.

También, (Manga, 2016) afirma: “el cabeceo es un fundamento técnico que se puede describir como la dirección y pase del balón con la cabeza. Es un elemento imprescindible, sobre todo para el líbero, stopper y puntas”. Cabecear consiste en propulsar el balón utilizando

la frente. Los jugadores pueden utilizar la cabeza para realizar un pase, tirar al arco, recibir o despejar el balón. Teniendo en cuenta la opinión de los distintos autores citados, se podría concluir que la técnica del cabeceo es un juego que se realiza con la cabeza y es utilizado por el futbolista para controlar, pasar y rematar el balón en el aire, sobre todo, en posiciones como es de líbero, stopper y delantero que son de ayuda en diferentes situaciones de juego que se realizan en el aire.

### ***El cabeceo y sus fases***

Para (Garret, 2005) en su estudio biomecánico del cabeceo, según los datos obtenidos, nos manifiestan que para que haya un buen remate de cabeza debe pasar por tres fases que a continuación se detallan:

- **Fase de Preparación:** esta fase difiere según la situación de juego y es de crucial importancia para garantizar el momento preciso, cuando se aplique la técnica adecuada. El tronco domina la acción de rematar el balón, puesto que abarca el mayor peso del total de todos los segmentos del cuerpo. Según estudios, tanto los músculos del trapecio como los esternocleidomastoideos se activan durante la fase de preparación.
- **Fase de Impulso:** Esta fase consiste en ubicarse adecuadamente y calcular la trayectoria del balón para su posterior impacto, en esta fase primordialmente intervienen dos músculos los cuales son el trapecio y el esternomastoideo.
- **Fase de Vuelo:** se puede identificar varios puntos que mejoran el gesto técnico como son el ángulo corporal en el punto más alto que toma el jugador, la distancia del pie al suelo y la del centro de masa al suelo. En cuanto a la fase de impacto y de recuperación el ángulo de flexión que generan las piernas es importante al momento de realizar el gesto técnico.

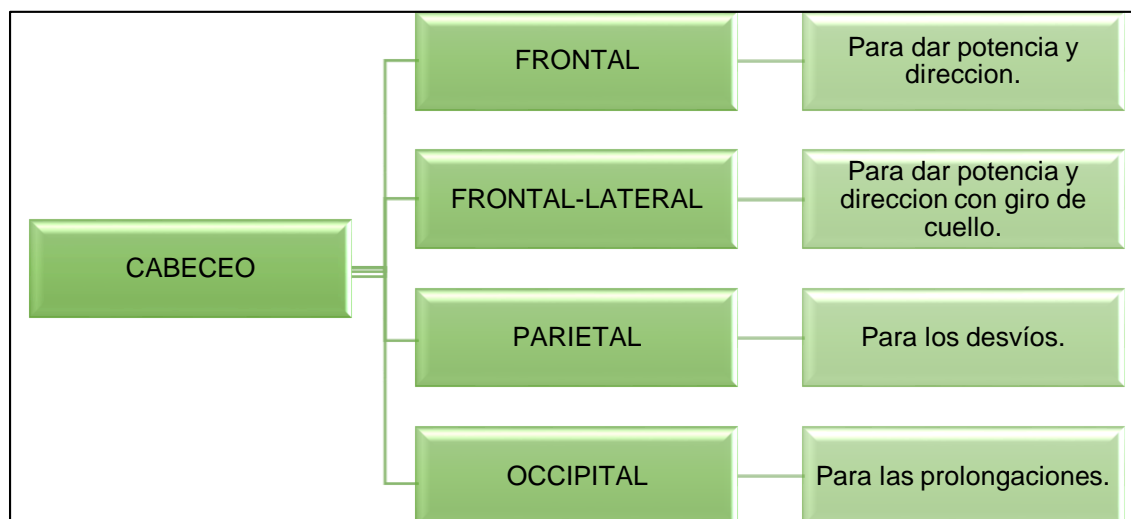
- **Fase de Impacto:** durante esta fase, se define como un golpe inicial entre la cabeza y el balón deformándolo a este último, y también la inercia que ésta produce en la cabeza. El contacto del balón con la cabeza puede desglosarse en tres fases diferentes.
- **Fase de Recuperación:** En esta fase el músculo trapecio permanece activo durante más tiempo que el esternocleidomastoideo, es decir, después del impacto a fin de desacelerar la cabeza. Cuando el balón es dirigido hacia el suelo, el esternocleidomastoideo se recupera antes tras el impacto que en cualquier otra situación.

### ***Tipos de cabeceo***

Al momento de efectuar el cabeceo el jugador debe analizar con que parte de la cabeza realizará el cabeceo, esto dependerá de la intencionalidad con la que lo efectuó puesto que dependiendo de cierta superficie de contacto se busca un objetivo específico como puede apreciar en la Figura 1.

**Figura 1**

*Tipos de cabeceo*





Durante un partido de fútbol encontrarán diferentes formas de efectuar un golpe de cabeza dependiendo de la situación los cuales se dan en función de la posición del jugador y en función del destino del golpeo como podemos ver en la Figura 2.

## Figura 2

### *Formas de efectuar el golpe de cabeza*

EN FUNCION DE LA POSICION DEL JUGADOR	EN FUNCION DEL DESTINO DEL GOLPEO
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Parado.</li> <li>•Salto vertical en el sitio.</li> <li>•En carrera sin salto.</li> <li>•En carrera con salto.</li> <li>•Plancha desde parado.</li> <li>•Plancha previa carrera.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•<b>Defensivas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Interceptaciones.</li> </ul> </li> <li>•<b>Ofensivas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Pases, Desvíos, Remates, Controles, Prolongaciones.</li> </ul> </li> </ul>

El cabeceo es indispensable en el juego, la forma de cabecear dependerá de la finalidad de este como el realizar un pase, tirar a puerta o desviar el balón. (Díaz, 2021) explica para que sirve cada tipo de cabeceo lo cual esta detallado a continuación:

- **Desvíos:** Se utiliza la acción técnica de desvío de cabeza para cambiar la dirección y la trayectoria de balón. Defensivamente tendrá un sentido de interceptación o despeje, mientras que ofensivamente tendrá connotaciones de pase o tiro.
- **Prolongaciones:** Se utiliza la acción técnica de la prolongación de cabeza para cambiar de altura, y no de dirección, la trayectoria del balón.
- **Despejes:** Se utiliza la acción técnica del despeje de cabeza cuando lo que se busca es alejar el balón de nuestra propia portería.

- **Remates:** Se utiliza la acción técnica del remate de cabeza cuando se busca enviar el balón a la portería del adversario.

### ***Fases de enseñanza del cabeceo***

- **Fase inicial:** Fundamentos técnicos básicos

En esta etapa, el enfoque está en enseñar los fundamentos básicos del cabeceo, como la posición corporal adecuada, el uso de la frente como superficie de contacto y la importancia de mantener los ojos en el balón. Los entrenadores pueden utilizar ejercicios sencillos que permitan a los jugadores familiarizarse con la técnica y ganar confianza en el proceso.

- **Fase intermedia:** Técnicas de salto y temporalización

Una vez que los jugadores han adquirido los conceptos básicos, se procede a trabajar en las técnicas de salto y la temporalización del cabeceo. Se enfatiza la coordinación entre el salto y el momento en que se golpea el balón, lo que resulta fundamental para ganar ventaja sobre los defensores o atacantes rivales. Se pueden emplear ejercicios específicos para mejorar la capacidad de salto y la precisión en el cabeceo.

- **Fase avanzada:** Cabeceo en situaciones de juego real

En esta etapa, los jugadores practican el cabeceo en situaciones de juego simuladas para replicar escenarios reales. Se enfatiza la toma de decisiones rápidas, la comunicación con otros compañeros de equipo y la capacidad para leer la trayectoria del balón en diversas situaciones de juego. Los entrenadores pueden emplear ejercicios de entrenamiento en equipo que involucren centros desde diferentes posiciones y ángulos para mejorar la efectividad del cabeceo en situaciones competitivas.

### ***Subtemas de la enseñanza del cabeceo***

- **Prevención de lesiones**

Es crucial destacar la importancia de la seguridad en la enseñanza del cabeceo. Los jugadores deben aprender a protegerse a sí mismos y a sus compañeros de equipo, evitando colisiones peligrosas en el aire y adoptando técnicas apropiadas para evitar lesiones en el cuello y cabeza.

- **Tácticas de cabeceo ofensivo y defensivo**

El cabeceo tiene un impacto significativo tanto en las situaciones ofensivas como defensivas. Se debe enseñar a los jugadores a leer el juego, posicionarse adecuadamente en el área y utilizar el cabeceo de manera estratégica para anotar goles o evitar que el equipo contrario marque.

- **Entrenamiento físico y mental**

La enseñanza del cabeceo no se limita solo a aspectos técnicos y tácticos, sino que también involucra el entrenamiento físico y mental. Los jugadores deben desarrollar la fuerza en el cuello y la parte superior del cuerpo para realizar cabeceos más potentes y precisos. Además, se debe fomentar la concentración, la confianza y la mentalidad positiva para enfrentar con éxito situaciones de juego desafiantes.

### ***Metodología de enseñanza***

La metodología es parte de la pedagogía, contiene todos los componentes de un proceso de enseñanza. La metodología estudia los métodos de enseñanza. Un método es un conjunto de medios dispuestos convenientemente para lograr un fin deseado. Enseñar es dar dirección al aprendizaje. La pedagogía puede ser general o específica. El primero investiga el problema general de la enseñanza resolviendo el caso general. La pedagogía específica se refiere al estudio de la aplicación de los principios pedagógicos generales a la enseñanza de varias materias de una manera específica en un campo específico (Cortés, 2015).

La metodología cuenta con bases que recoge de la pedagogía para su proceso de enseñanza de diferentes lineamientos o contenidos, es un todo que vela por los distintos elementos para satisfacer un objetivo variado.

La metodología desde un aspecto investigativo es un conjunto de métodos, técnicas, procedimientos y herramientas que se utilizan para llevar a cabo un proceso sistemático de investigación, estudio, análisis o desarrollo de una actividad o proyecto. La Metodología es entendida como un concepto global referido al estudio del Método desde un proceso sistemático en el cual se adquieren modos y formas de conocimientos

Se basa en principios científicos y busca aplicar métodos rigurosos y objetivos para obtener conocimientos válidos y confiables. Esto implica utilizar técnicas y herramientas que permitan recolectar, analizar e interpretar datos de manera objetiva. Promueve la objetividad, el rigor, la transparencia y la búsqueda de evidencia empírica en la investigación. Se basa en la idea de que el conocimiento científico debe ser fundamentado en datos y procesos confiables y verificables, permitiendo avances y mejoras en el entendimiento de diversos fenómenos y problemas.

En el ámbito metódico el aprendizaje de las técnicas psicomotrices se debe tener en cuenta las siguientes fases metódicas:

- **Comprensión:** Incluye la creación de imágenes vívidas de diversos gestos técnicos, la determinación de las condiciones del proceso y la creación de conductas favorables al proceso. El grado y la educación adecuados son necesarios para construir la imagen del deporte, al mismo tiempo que se brinda a los niños la oportunidad eterna de ver fútbol con un buen nivel técnico.
- **Ejercicios:** son repeticiones variadas, divertidas y estimulantes de varios principios básicos. Obtenga precisión, automatización y la economía de viaje asociada

- **Aplicación:** Se selecciona una técnica aprendida y se refuerza a través de otro proceso para mejorarla. Este proceso hace que la tecnología viva, la presencia del maestro. Además de las calificaciones profesionales, los docentes también deben adquirir plenamente conocimientos técnicos, conocimientos básicos y técnicas de trabajo en anatomía y fisiología, psicología y pedagogía, para que su trabajo sea seguro y eficaz (Cortés, 2015).

Un método es un conjunto de herramientas dispuestas adecuadamente para lograr un resultado deseado, la enseñanza da dirección al aprendizaje, la pedagogía puede ser general o específica.

El primero mira el problema general de la enseñanza resolviendo un caso general. La pedagogía especial significa la aplicación de principios pedagógicos generales en la enseñanza de varias materias de cierta manera en un campo determinado.

El grado y el entrenamiento correctos son esenciales para construir la reputación del deporte, brindando a los niños la oportunidad de ver fútbol a un buen nivel técnico durante toda su vida.

Una técnica aprendida es seleccionada y validada por otro proceso de mejora. este proceso da vida a la técnica, la presencia del maestro. además de las calificaciones profesionales, un docente debe adquirir plenamente conocimientos técnicos, conocimientos básicos y métodos de trabajo en el campo de la anatomía y la fisiología, la psicología y la pedagogía, para que su trabajo sea seguro y eficaz (Cortés, 2015).

### ***Los métodos de la enseñanza en el fútbol***

En la enseñanza del fútbol, existen diferentes métodos y enfoques que los entrenadores utilizan para transmitir conocimientos, desarrollar habilidades y mejorar el rendimiento de los jugadores. Estos métodos de enseñanza varían según el enfoque filosófico y las preferencias

del entrenador, así como la edad y nivel de los jugadores. A continuación, se presentan algunos de los métodos de enseñanza comunes en el fútbol:

### ***Método situacional***

Este método diseña ejercicios y prácticas que imitan situaciones reales de juego “proporciona ejercicios prácticos y ejemplos de cómo desarrollar habilidades técnicas y tácticas a través de juegos de entrenamiento basados en situaciones de juego” (Wein, 1999) Se basa en la práctica de situaciones de juego completas desde el principio permitiendo a los jugadores experimentar y tomar decisiones similares a las que enfrentarían en un partido. Durante estas sesiones de entrenamiento, los jugadores se enfrentan a problemas y decisiones tácticas reales. Por ejemplo, en un ejercicio de juego reducido, los jugadores pueden practicar el juego en espacios reducidos, lo que les obliga a tomar decisiones rápidas sobre el pase, el regate y la finalización.

### ***Método tradicional o directo***

También conocido como enfoque "comando y control", este método se centra en la instrucción directa del entrenador “se refiere a un enfoque de enseñanza que se centra en la instrucción directa y la práctica aislada de habilidades técnicas individuales” El método tradicional a menudo se basa en una jerarquía de progresión, donde los jugadores aprenden habilidades más simples antes de pasar a habilidades más complejas. También se presta atención a la técnica individual sobre otros aspectos del juego, como la táctica y el desarrollo cognitivo. Se caracteriza por descomponer el juego en componentes más pequeños y enseñar cada habilidad por separado, antes de integrarlas en un contexto de juego real.

### ***Método analítico***

Es una metodología de entrenamiento que se centra en “descomponer el juego en sus componentes más pequeños y trabajar en ellos de manera aislada para desarrollar habilidades técnicas y tácticas” (Verheijen, 1990) Este enfoque permite a los jugadores concentrarse en

aspectos particulares del juego, como el pase, el regate, el control del balón, la finalización o el posicionamiento defensivo. Además, el método analítico facilita la evaluación y seguimiento del progreso de los jugadores en áreas específicas. Los entrenadores pueden identificar las fortalezas y debilidades individuales y adaptar el entrenamiento en consecuencia.

### ***Método cognitivo***

Este enfoque aborda la importancia de las habilidades cognitivas en el entrenamiento deportivo (Bosch, 1990) Se centra en el desarrollo de la comprensión táctica y la toma de decisiones de los jugadores. Se utiliza la discusión, el análisis y el razonamiento para que los jugadores comprendan los principios del juego y cómo aplicarlos en diferentes situaciones. Se da importancia al pensamiento crítico y a la comprensión del juego. Durante las sesiones de entrenamiento con un enfoque cognitivo, se utilizan ejercicios y tareas diseñados específicamente para desafiar y mejorar las habilidades cognitivas de los jugadores. Estos ejercicios pueden incluir situaciones de juego simuladas, ejercicios de toma de decisiones, ejercicios de atención y concentración, y juegos de entrenamiento en los que se promueva la lectura y anticipación del juego.

### ***Los recursos y medios para el aprendizaje en el fútbol***

Existen diversos recursos y medios que se pueden utilizar para el aprendizaje en el fútbol. Estos pueden variar según el nivel de los jugadores, los objetivos de aprendizaje y las limitaciones de recursos disponibles.

- **Entrenadores y expertos:**

Los entrenadores calificados desempeñan un papel fundamental en el aprendizaje del fútbol. Proporcionan instrucciones, enseñan técnicas y tácticas, brindan retroalimentación y diseñan programas de entrenamiento adecuados.

- **Instalaciones deportivas:**

Contar con instalaciones adecuadas, como campos de fútbol, canchas en espacios reducidos, gimnasios y áreas de entrenamiento, es importante para realizar prácticas y desarrollar habilidades específicas.

- **Equipamiento**

El equipamiento necesario incluye balones de fútbol, conos, vallas, porterías, chalecos de entrenamiento y otros accesorios que facilitan las actividades de entrenamiento y desarrollo de habilidades.

- **Material educativo**

Libros, manuales, videos y programas de formación pueden proporcionar conocimientos teóricos y prácticos sobre aspectos técnicos, tácticos, de condición física y psicología del fútbol. Estos recursos pueden complementar las sesiones de entrenamiento y ayudar a los jugadores a comprender mejor los conceptos y estrategias del juego.

- **Tecnología y análisis**

El uso de tecnología, como cámaras de video, software de análisis de video y sistemas de seguimiento GPS, puede ser útil para analizar y evaluar el rendimiento de los jugadores, identificar áreas de mejora y tomar decisiones basadas en datos.

- **Juegos y competiciones**

La participación en partidos y competiciones es fundamental para el aprendizaje en el fútbol. Los juegos ofrecen situaciones de juego reales, permiten aplicar lo aprendido y fomentar el desarrollo de habilidades tácticas, toma de decisiones y trabajo en equipo.

- **Colaboración y retroalimentación**

La interacción con compañeros de equipo, entrenadores y otros jugadores puede ser un recurso valioso para el aprendizaje. El intercambio de ideas, la retroalimentación



constructiva y la observación de otros jugadores pueden ayudar a mejorar el rendimiento individual y colectivo.

- **Programas de desarrollo y academias**

Participar en programas de desarrollo de talentos y academias de fútbol puede brindar una estructura de entrenamiento más avanzada, acceder a entrenadores especializados y oportunidades para competir en niveles más altos.

(Bruyninckx, 2011) sostiene que “los juegos en espacios reducidos promueven la participación activa de todos los jugadores, aumentan el número de situaciones de juego realistas y fomentan el desarrollo de habilidades técnicas y tácticas”. Es un entrenador belga que ha desarrollado el concepto de "fútbol en espacios reducidos" o "small-side games", Los juegos en espacios reducidos fomentan el dominio del balón, la toma de decisiones rápidas, el regate, el control y el pase preciso. Los jugadores tienen menos tiempo y espacio para ejecutar acciones, lo que promueve el desarrollo de habilidades técnicas en situaciones más exigentes. Se enfatiza la importancia de abordar el desarrollo de jugadores de manera holística, incluyendo la mejora de la condición física, la táctica individual y colectiva, y el dominio de las habilidades técnicas.

La filosofía del "Fútbol Total" se basa en el juego de posición, el control del balón y el movimiento táctico inteligente, y enfatiza la importancia de la comprensión táctica y la toma de decisiones en el fútbol.

### ***Métodos y la relación en la enseñanza del fútbol***

La enseñanza del fútbol implica una variedad de métodos y enfoques que se utilizan para transmitir conocimientos, desarrollar habilidades y promover el aprendizaje de los jugadores. Estos métodos y su relación en la enseñanza del fútbol pueden variar según los

objetivos de aprendizaje, la edad y el nivel de los jugadores, así como la filosofía del entrenador.

- **Método demostrativo**

Este método implica que el entrenador muestre y demuestre habilidades técnicas y tácticas a los jugadores. Los jugadores observan y luego intentan imitar lo que han visto. Este método es efectivo para enseñar nuevas habilidades y patrones de juego.

- **Aprendizaje basado en problemas**

En este enfoque, los jugadores se enfrentan a situaciones problemáticas o desafiantes en el juego y se les anima a encontrar soluciones y tomar decisiones. Se fomenta el pensamiento crítico, la creatividad y la resolución de problemas.

- **Juegos reducidos**

Los juegos en espacios reducidos, también conocidos como small-sided games, se utilizan para proporcionar a los jugadores más oportunidades de tocar el balón, practicar habilidades y tomar decisiones en situaciones de juego más realistas. Estos juegos promueven el aprendizaje a través de la participación activa y el desarrollo de habilidades técnicas y tácticas.

- **Enfoque individualizado**

Este enfoque se centra en las necesidades individuales de cada jugador, adaptando la enseñanza y los ejercicios según sus habilidades y capacidades. Los entrenadores identifican las áreas de mejora de cada jugador y diseñan prácticas específicas para su desarrollo.

- **Enseñanza por conceptos**

En lugar de enfocarse en habilidades apartadas, este enfoque se basa en la enseñanza de conceptos tácticos y estratégicos. Los jugadores aprenden a comprender el juego en su totalidad y cómo aplicar conceptos en diferentes situaciones.

- **Retroalimentación y evaluación continua**

La retroalimentación constante y la evaluación regular son elementos clave en la enseñanza del fútbol. Los entrenadores brindaron comentarios sobre el rendimiento de los jugadores, destacando fortalezas y áreas de mejora. La evaluación continua ayuda a monitorear el progreso de los jugadores y ajustar los métodos de enseñanza según sea necesario.

El jugador se enfrenta con una situación-problema y decide resolverla, escogiendo aquella acción que crea más conveniente, en lugar de utilizar, de forma obligada y dirigida, aquella que ha determinado el entrenador, Por tanto, el método global incide simultáneamente en aspectos técnicos, tácticos, y físicos, lo que permite, durante un juego, desarrollarlos todos en forma conjunta, aunque sea de una manera genérica

***Tiempos empleados en aprendizaje-enseñanza***

Los tiempos se desarrollan de acuerdo a las etapas, donde primero se tiene la de centralización que se divide en dos niveles, el primer nivel se divide en (7-8 años) donde se desarrolla la motricidad, se empieza con ejercicios de familiarización de balón y técnico-táctico, el tiempo que se emplea en estos ejercicios es de carga ligera, de 10 min cada ejercicio para el niño, se lo puede emplear entre 1 o 2 días a la semana.

El segundo nivel es el que se especializa en niños de (8 a 10 años), en esta parte se desarrolla el pensamiento cognitivo y desarrollo afectivo, en esta parte se pretende que realicen ejercicios técnico-táctico, el tiempo que se emplea en estos ejercicios es de carga ligera, basados en un tiempo de 10 o 15 min, se lo puede emplear entre 1 a 2 días a la semana.

Luego se presenta la etapa de descentralización, de igual forma se divide en dos niveles, el tercer nivel de (10-12 años) donde se presenta la iniciación de la pubertad, aumentan su estatura y su fuerza muscular, se empieza con ejercicios técnicos y técnico-tácticos con carga media, ya se pretende aumentar el ritmo en esta etapa, los ejercicios estarán basados en el tiempo de 15 o 20 min, se los plantea realizar entre 1 o 2 días a la semana.

En el cuarto nivel es de (12-14 años), se presenta el desarrollo cognitivo, el desarrollo lógico formal, con el aumento muscular, se realizan ejercicios técnicos, técnico-táctico, conducción, y puntería, en este nivel se aumenta la carga entre media y alta, se aumenta la intensidad, los ejercicios están dirigidos para el tiempo de 10 o 15 min, se lo realizan entre 1 o 2 días.

La última etapa de Estructuración basada en un quinto nivel de (14-16 años), en esta etapa se desarrolla la resistencia física, se realizan ejercicios técnicos, técnico-táctico, conducción, pases y puntería, en este nivel se espera que los ejercicios se realicen con carga alta, con una intensidad y un ritmo alto en los ejercicios, para que desarrollen su resistencia, los ejercicios que se realizan son técnicos, técnico-táctico, conducción, y puntería, familiarizados con las acciones de juego, con un tiempo de 15 o 20 min, se lo puede emplear 3 días a la semana (Peña, Agirregomezkorta, & Zipitria, 2019, págs. 73-118).

### Figura 3

#### *Desarrollo del proceso*

ETAPAS	NIVELES Y EDADES DE REFERENCIA	CARACTERÍSTICAS	TIPO DE JUEGO
1. ETAPA DE CENTRACION	1 <sup>er</sup> . nivel → 7-8 años	El balón y yo	Fútbol-5
	2 <sup>o</sup> . nivel → 8-10 años	El balón, el adversario y yo	Fútbol-5
2. ETAPA DE DESCENTRACION	3 <sup>er</sup> . nivel → 10-12 años	El balón, el compañero, el adversario y yo	Fútbol-7-8
	4 <sup>o</sup> . nivel → 12-14 años	El balón, los compañeros, el adversario y yo	Fútbol-11
3. ETAPA DE ESTRUCTURACION	5 <sup>o</sup> . nivel → 14-16 años	El balón, los compañeros, los adversarios y yo	Fútbol-11

(Peña, Zipitria, & Agirregomezkorta, 2019, pág. 67) Desde un punto de vista de afirma lo siguiente: Las edades infantil y juvenil son la época del desarrollo y la maduración corporal, mental y psíquica, la época de preparación para la edad adulta. Por ello, consideramos estos importantes años de la vida como el período vital en el que se desarrollan y se asientan los fundamentos corporales y mentales de una persona para su posterior vida adulta. (Bruggeman, 2004, pág. 10)

La niñez y la adolescencia son importantes en el desarrollo de un individuo porque marcan el inicio de un camino crucial hacia la maduración física y mental. Durante estos años se sientan las bases de la futura vida adulta, formándose aspectos físicos y mentales que influirán en el resto de la existencia. Es un momento para aprender, crecer y prepararse para los desafíos futuros. Proporcionar un entorno de apoyo y una educación adecuada en estas etapas es esencial para que los jóvenes alcancen su máximo potencial y se conviertan en adultos maduros que puedan afrontar la vida con confianza.

Los niños aprenden jugando. Controlan su entorno y las impresiones que éste les producen mediante juegos "carentes de implicaciones", esto es, que sus acciones y el éxito o el fracaso no acarrearán para ellos consecuencias derivadas del mundo de los adultos. Hasta los 8 años de edad aproximadamente este control del entorno, importante para el desarrollo de la personalidad y, por tanto, también para los rendimientos deportivos creativos, tiene lugar en juegos propios, nacidos del mundo de representaciones y de la fantasía del niño. En la fantasía de sus juegos y en sus "reglas" los niños. (Bruggeman, 2004, pág. 11)

Los niños aprenden jugando porque los juegos les permiten experimentar, explorar y aprender de una forma divertida y natural. A través del juego, los niños pueden controlar su entorno y las impresiones que les produce, sin tener que enfrentarse a las responsabilidades o consecuencias del mundo de los adultos. No hay grandes consecuencias para ellos, pueden

experimentar y cometer errores sin miedo al fracaso, lo que fomenta la creatividad y la asunción de riesgos.

Hasta aproximadamente los 8 años, los propios juegos de los niños se basan en su mundo de representación y fantasía, lo que les permite desarrollar su personalidad de manera libre y creativa. En la fantasía y las reglas de su propia creación, los niños pueden expresar sus sentimientos y comprender su entorno desde una perspectiva imaginativa y única. El juego también promueve el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas y sociales a medida que los niños aprenden interactuando con otros, resolviendo problemas y trabajando juntos. Además, les da la oportunidad de desarrollar su imaginación y creatividad, lo que puede repercutir positivamente en su rendimiento deportivo y en su capacidad para afrontar las situaciones de forma original e inteligente.

Tal como menciona (Byer, 2015) “De que promover la idea de que los niños pueden y deben comenzar a desarrollar habilidades técnicas básicas desde una edad muy temprana, incluso antes de unirse a equipos y ligas organizadas. Su filosofía se centra en la idea de que los niños pequeños son capaces de aprender y practicar habilidades técnicas por su cuenta, y que los padres pueden desempeñar un papel importante en la enseñanza de estas habilidades”.

Desde un punto de vista se puede mencionar:

A lo largo de su carrera, ha desempeñado un papel fundamental en promover esta perspectiva en diferentes países y ha tenido un papel particularmente destacado en el avance del fútbol juvenil en Japón. Ha creado varios programas de televisión, libros y otros materiales que enseñan habilidades técnicas esenciales y brindan a los padres y niños las herramientas necesarias para entrenar en casa.

Es importante desarrollar habilidades técnicas desde una edad temprana para tener éxito en el fútbol. Al aprender y dominar habilidades como el control del balón y el pase desde

una edad temprana, los niños pueden establecer una base sólida sobre la cual pueden construir a medida que crecen y se unen a equipos y ligas organizadas.

Este enfoque temprano también puede ayudar a cultivar el amor por el fútbol que perdure toda la vida. Al aprender y practicar habilidades de manera lúdica y no competitiva, los niños pueden desarrollar una pasión por el juego que los mantenga comprometidos y motivados a medida que avanzan en el deporte.

### ***El recurso como elemento fundamental del aprendizaje***

El recurso es fundamental en el aprendizaje de sinnúmero de contenidos pedagógicos, todo elemento es importante en diferente momento, lo mencionan los pedagogos, crear espacios agradable con alternativas de tareas como de exigencias basadas en los desafíos de aprendizajes es fundamenta, crear los ambientes de aprendizaje tiene que ver con la capacidad que tienen los especialistas para hacerlo, y esto no necesariamente tiene que ver con recursos mas bien con la disponibilidad creativa e innovadora para desarrollarlo. Las grandes instituciones deportivas cuentan con espacios adecuados y oportunos de trabajo del deporte, en dependencia de las características biológicas psicológicas de los aprendices, ese debería ser el tratamiento que se tiene que tener, estos medios acompañaran de las exigencias de aprendizaje.

Según (Rosero Duque, 2020) “Los materiales y recursos desempeñan un papel crucial al transmitir una variedad de experiencias y conocimientos.” Nos habla que, en el fútbol, los materiales y recursos abarcan una amplia gama de herramientas que enriquecen el desarrollo de jugadores, entrenadores. Esto comienza, desde los inicios en las categorías infantiles, juveniles hasta el alto rendimiento en el ámbito profesional, la utilización adecuada de estos recursos resulta crucial para un aprendizaje efectivo y completo.

El fútbol es un deporte que va más allá de la habilidad física y la destreza técnica. La verdadera grandeza en este campo se alcanza a través de un aprendizaje constante y un

desarrollo progresivo. Desde los primeros toques de un balón en la infancia hasta el nivel profesional, cada fase del aprendizaje en el fútbol tiene un papel vital en el crecimiento de un jugador, ya sea en el perfeccionamiento de habilidades específicas, la adopción de tácticas más sofisticadas o la madurez mental necesaria para enfrentar los desafíos que ofrece este deporte.



### Capítulo 3: Metodología de la investigación

#### Tipo de investigación

Esta investigación es un estudio cuantitativo – cualitativa ya que se tratará con datos numéricos y no numéricos, es un estudio de orden descriptivo interpretativo considerando características propias de cada uno de los grupos de estudio, contara con un tratamiento comparativo de las muestras en un solo momento, el estudio cuenta con un procedimiento de distintos enfoques

Los tipos de enfoques investigativos que se tomaron como base para el desarrollo de esta investigación son:

Enfoque cuantitativo, este enfoque se centra en los aspectos observables y cuantificables, permite realizar pruebas estadísticas para su posterior análisis.

Enfoque cualitativo, permite estudiar las condiciones en las que se encuentra las dos muestras, en sus procedimientos de enseñanza aplicándose en el momento, este análisis se lo realizara a las dos instituciones deportivas para obtener resultados propios de sus comportamientos metodológicos.

Enfoque descriptivo, permite especificar las características y perfiles de personas o grupos o cualquier fenómeno que sea sometido a un análisis

#### Método de Investigación

##### *Métodos teóricos*

**Método analítico:** permite analizar a profundidad el fenómeno que se estudia, permite la aplicación de la experiencia directa como base para obtener pruebas que pueden ser validadas, en cuanto al desarrollo técnicos del elemento técnico del cabeceo en la Escuela Sociedad Deportiva Aucas - Academia Santo Domingo Sub 12.”

**Método hipotético – deductivo:** este método obliga a combinar la reflexión, observación y verificación, es aplicado como metodología de enseñanza aprendizaje de los elementos técnicos del cabeceo en las escuelas Sociedad Deportiva Aucas y Academia Santo Domingo Sub 12.”, determinando todos sus componentes metódicos para el acrecentamiento de esta información motora y posteriormente el rendimiento, este direccionamiento estará sujeto a todos los componente de enseñanza partiendo de una hipótesis hasta llegar el procedimiento general de enseñanza.

### ***Métodos empíricos***

**Observación:** Permite conocer la realidad del estudio, nos facilita determinar el problema que deseamos abordar, mediante la observación directa de las acciones motrices que ejecutan los futbolistas de la categoría sub 12 de las dos escuelas de futbol, se enfoca en la recopilación de datos relacionados con el desarrollo deportivo en el fundamento técnicos del cabeceo de Sociedad Deportiva Aucas y Academia Santo Domingo Sub 12

**Medición:** Facilita la obtención de información cuantitativa del análisis de los test del desarrollo técnicos del cabeceo, de esta manera permite demostrar el cumplimiento de la hipótesis de investigación.

**Experimental:** permite consolidar la confiabilidad de la investigación, puesto que se realiza el estudio sin que interfieran factores que influyan en la opinión del investigador y minimizando el número de errores, considerando todos los aspectos propios de la metodología aplicada como del rendimiento técnico del cabeceo en las dos muestras de estudio.

## **Población y muestra**

### ***Población***

Para el estudio investigativo son las escuelas de futbol Sociedad Deportiva Aucas y Academia Santo Domingo Sub 12

### ***Muestra***

La muestra considerada en la investigación es finita porque se enfoca específicamente las categorías sub 12 con 20 niños por cada escuela formando un grupo de 40 deportistas.

### ***Recolección de información***

Para la recolección de información se consideran diferentes procedimientos que faciliten evaluar y analizar los distintos resultados obtenidos, el procedimiento más importante es la observación con respecto a la ejecución de los diferentes test a aplicarse en relación al rendimiento técnico del fundamento del cabeceo, de esta manera considerar todos los resultados presentados por cada uno de los niños, para posteriormente realizar al análisis de cada uno de los grupos, de igual manera se consideraran los comportamientos metodológicos aplicados por cada una de las instituciones deportivas Sociedad Deportiva Aucas y Academia Santo Domingo Sub 12.

### ***Técnicas e instrumentos***

Para el desarrollo de la investigación se procederá a la utilización de una base de datos que facilitará el análisis respectivo diferenciando el rendimiento y comportamiento metodológico de la enseñanza, se procede a realizar los diferentes test de cabeceo en las circunstancias protocolarias que se establece.

### ***Instrumento de evaluación metodológica***

Para la recolección de los elementos metodológicos se lo realizará en una sesión de entrenamiento a través de la ficha de observación metodológica, dónde se dividirá en tres fases

las que permita determinar la mayor cantidad de elementos metodológicos en la enseñanza del fútbol los mismos que son utilizados por los entrenadores de cada una de las escuelas, las fases de evaluación metodológica permitirán determinar todo el acontecimiento del proceso de enseñanza que se aplican a los muchachos que están en la formación infantil del futbol.

**Tabla 3**

*Organización de espacio y tiempo de aprendizaje*

Parte 1	Organización de espacio y tiempo de aprendizaje	Insatisfactorio	Básico	Competente	Destacado	Sobresaliente	Total
1	Cuenta con los espacios oportunos sean estos híbridos, de césped natural o sintéticos						
2	Cuenta con el escenario en condiciones adecuadas para su entrenamiento						
3	Los tiempos de entrenamiento están desarrollados en función de los tiempos establecidos						
4	El espacio de trabajo facilita el trabajo en diferentes agrupaciones, sean estos grandes o pequeños						
5	Existen espacios de aprendizaje para el mejoramiento de las condiciones deportivas de los niños de menor rendimiento						
6	Se dispone en el espacio de aprendizaje de todos los materiales requeridos para el entrenamiento						
7	Hay implementos deportivos que no están en uso y que son distractores para el entrenamiento						
8	El ambiente de entrenamiento es adecuado para el aprendizaje deportivo						

**Tabla 4***Recursos materiales y personales*

<b>Parte 2 Recursos materiales y personales</b>		<b>Insatisfactorio.</b>	<b>Básico</b>	<b>Competente.</b>	<b>Destacado</b>	<b>Sobresaliente</b>	<b>Total</b>
<b>1</b>	Los entrenadores cuentan con un modelo estructurado de trabajo, técnico para la enseñanza						
<b>2</b>	Los especialistas cumplen, los objetivos propuestos en su planificación						
<b>3</b>	Los especialistas mantienen coherencia en el desarrollo técnico de la enseñanza, sistematizando su sesión de entrenamiento						
<b>4</b>	Se dispone de suficiente y variado material deportivo para el desarrollo de la sesión						
<b>5</b>	Se incluye material deportivo o tecnológico innovador y accesible para los jugadores						
<b>6</b>	Se realiza un control de los deportistas con bajo rendimiento deportivo para ser ayudados						
<b>7</b>	Se realizan reuniones metodológicas oportunas para el mejoramiento de las sesiones de entrenamiento, como de sus participantes						

Tabla 5

*Metodología y aprendizaje*

Parte 3	Metodología y aprendizaje	Insatisfactorio.	Básico	Competente	Destacado	Sobresaliente	Total
1	Se realizan actividades motivadoras al inicio, intermedio y final de la sesión de entrenamiento						
2	Se respeta el nivel de desarrollo, estilo de aprendizaje, inteligencia y capacidades motoras de cada uno de los participantes						
3	Se observa la utilización de métodos pedagógicos oportunos para el grupo						
4	Ofrece ayuda inmediata a los deportistas que requiere para su aprendizaje						
5	Presenta el objetivo y las tareas con instrucciones claras, y fraccionadas, con apoyos de audio-visuales para la comprensión de los deportistas						
6	Ofrece ayudas didácticas de mejoramiento técnico, en la sesión de entrenamiento						
7	Cuenta con procesos evaluativos oportunos y técnicos, para su pronta respuesta de solución y mejoramiento en los niños.						

### **Instrumento de evaluación técnico de cabeceo**

Se realizará la evaluación a través de Test físicos de cabeceo en las diferentes consideraciones técnicas, segmentos de la cabeza, trascendencias de dirección en la precisión del cabeceo como también el estado en el que se encuentran el cuerpo al momento de realizar el cabeceo respectivo:

#### ***Test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso***

Elementos: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: Un jugador lanza la pelota hacia arriba con la mano y cabecea lo más lejos posible desde un lado de la soga elástica ubicada a ras de piso, debiendo cabecear con los pies en contacto con el piso sin cruzar la cuerda. Se mide la distancia alcanzada en el cabeceo

#### **Figura 4**

*Test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso*



### ***Test de cabeceo frontal de distancia en vuelo***

Elementos: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: Un jugador lanza la pelota hacia arriba con la mano y salta para cabecear lo más lejos posible desde un lado de la soga elástica ubicada a 30 cm del suelo, debiendo cabecear con los pies en el aire y caer del otro lado de la soga. Se mide la distancia alcanzada en el primer contacto de la pelota con el piso

### **Figura 5**

*Test de cabeceo frontal de distancia en vuelo*



### ***Test de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso***

Elementos: 1 balón, 3 arcos de 2x2m, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: Un jugador lanza la pelota hacia arriba con la mano y cabecea en contacto con el piso e intenta precisar en el arco de 2m x 2m a una distancia de 5, 10 y 15 m. Se cuenta los puntos realizados 5p por cada acierto y 0 por los no alcanzados



## Figura 6

*Test de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso*



### ***Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo***

Elementos: 1 balón, 3 arcos de 2x2m, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: Un jugador lanza la pelota hacia arriba con la mano y cabecea en contacto con el piso e intenta precisar en el arco de 2m x 2m a una distancia de 5, 10 y 15 m. Se cuenta los puntos realizados 5p por cada acierto y 0 por los no alcanzados

### ***Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo***

Elementos: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: El entrenador lanza la pelota de forma frontal al jugador evaluado, el mismo que se encontrará de forma lateral hacia el punto de golpeo, quien utilizará el segmento parietal para impactar a la pelota a la mayor distancia posible, cruzando mediante un salto a la cuerda ubicada a 30 cm del suelo, debiendo cabecear en el vuelo y caer del otro lado de la soga. Se mide la distancia alcanzada en el golpeo, se realiza un golpe parietal derecho e izquierdo sacando un promedio de los dos resultados.

**Figura 7*****Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo******Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en vuelo***

Elementos: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: El entrenador lanza la pelota de forma frontal al jugador evaluado, el mismo que se encontrará de forma lateral hacia el punto de golpeo, quien utilizará el segmento parietal para impactar a la pelota logrando precisar e ingresar en el arco de 2m x 2m a una distancia de 5, 10 y 15 m. Se cuenta los puntos realizados 5p por cada acierto y 0 por los no alcanzados.

**Figura 8**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo*



***Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso***

Elementos: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: El entrenador lanza la pelota de forma frontal al jugador evaluado, el mismo que se encontrará de forma lateral hacia el punto de golpeo, quien utilizará el segmento parietal para impactar a la pelota a la mayor distancia posible, debiendo cabecear con los pies en contacto con el piso. Se mide la distancia alcanzada en el golpeo, se realiza un golpe parietal derecho e izquierdo sacando un promedio de los dos resultados.

***Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión con el piso***

Elementos: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

Descripción: El entrenador lanza la pelota de forma frontal al jugador evaluado, el mismo que se encontrará de forma lateral hacia el punto de golpeo, el evaluado no podrá perder el contacto del piso para realizar el cabeceo el mismo que utilizará el segmento parietal para impactar a la pelota logrando precisar en el arco de 2m x 2m a una distancia de 5, 10 y 15 m. Se cuenta los puntos realizados 5p por cada acierto y 0 por los no alcanzados.

**Figura 9**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en vuelo*





**Figura 10**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso*

**Figura 11**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso*



### **Tratamiento y análisis estadísticos de datos**

Para la evaluación el rendimiento técnico del cabeceo se aplicará Test de distancia en el cabeceo y Test de precisión en el cabeceo y para ello se utilizará el programa de Microsoft Office Excel, donde organizaremos los datos y el análisis descriptivo.

La aplicación del sistema estadístico SPSS, facilita el análisis de los datos obtenidos permitiendo crear tablas y figuras, de esta manera tabular la información, para este estudio se realizará la prueba de los rangos con signos de Wilcoxon, al ser una prueba no paramétrica que nos permite comparar el rango medio de dos muestras relacionadas y de esta manera determinar si existen diferencia entre las dos escuelas de futbol.

## Capítulo 4: Análisis de Resultados

### Análisis técnicos de cabeceo

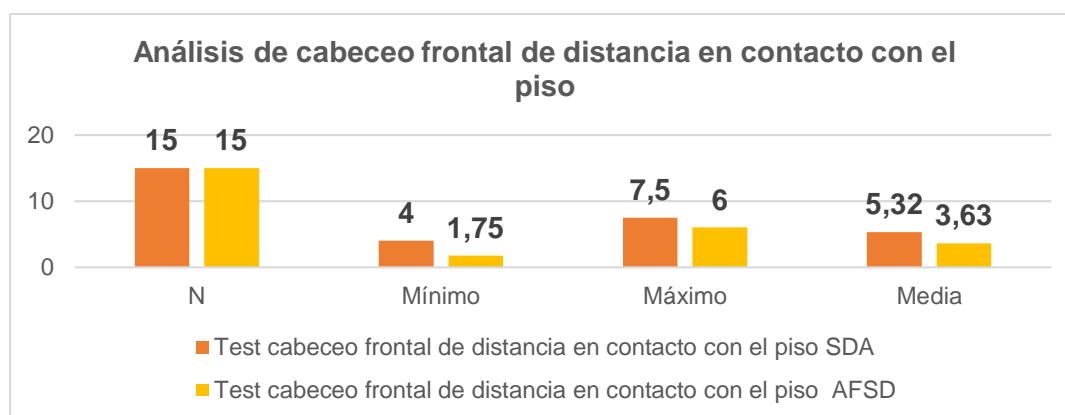
**Tabla 6**

*Análisis de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso*

	Estadísticos descriptivos			
	N	Mínimo	Máximo	Media
Test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso SDA	15	4	7,5	5,32
Test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso AFSD	15	1,75	6	3,62
N válido (por lista)	15			

**Figura 12**

*Análisis de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso*



Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el test de cabeceo frontal de distancia en contacto con el piso con resultados de diferencias en las funciones de mínimo 2,25 cm, en máximo 1,5 cm y de análisis de medias 1,69 cm, lo que marca que SDA cuenta con resultados favorables es este test analizado

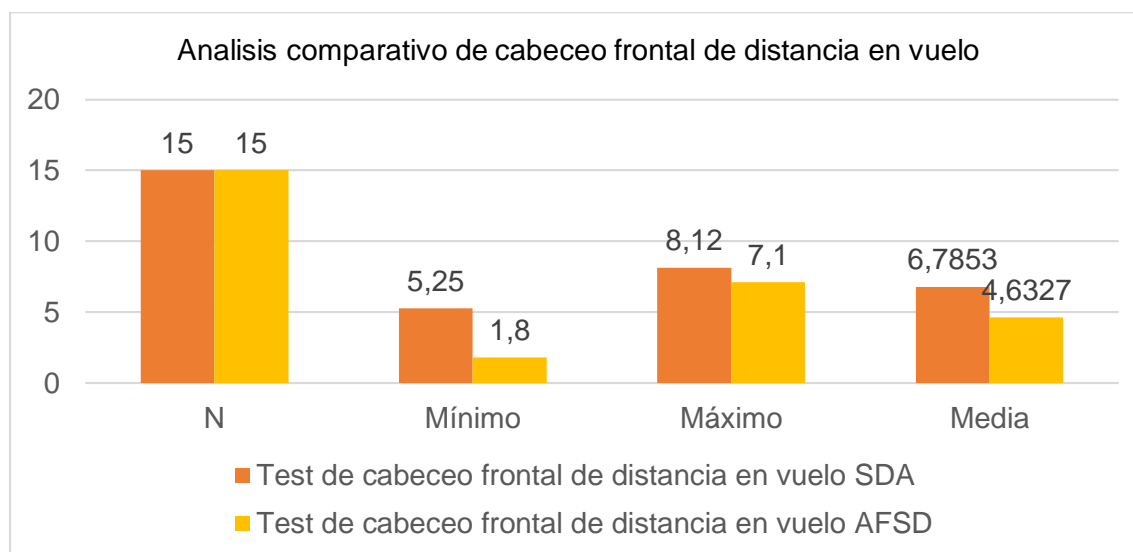
**Tabla 7**

*Análisis de cabeceo frontal de distancia en vuelo*

	N	Mínimo	Máximo	Media
Test de cabeceo frontal de distancia en vuelo SDA	15	5,25	8,12	6,79
Test de cabeceo frontal de distancia en vuelo AFSD	15	1,8	7,1	4,63
N válido (por lista)	15			

**Figura 13**

*Análisis comparativo de cabeceo frontal de distancia en vuelo*



Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el test de cabeceo frontal de distancia en vuelo con resultados de diferencias en las funciones de mínimo 3,45 cm, en máximo 1,02 cm y de análisis de medias 2,15 cm, lo que marca que SDA tiene resultados muy diferenciados con la AFSD



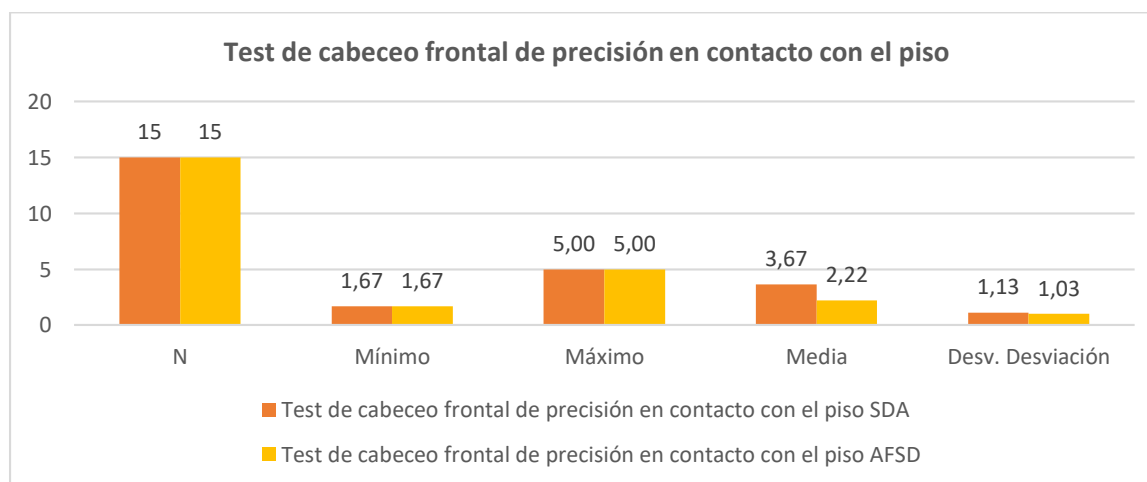
**Tabla 8**

*Análisis de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso*

	Estadísticos descriptivos				
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación
Test de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso SDA	15	1,67	5	3,66	1,12
Test de cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso AFSD	15	1,67	5	2,22	1,02
N válido (por lista)	15				

**Figura 14**

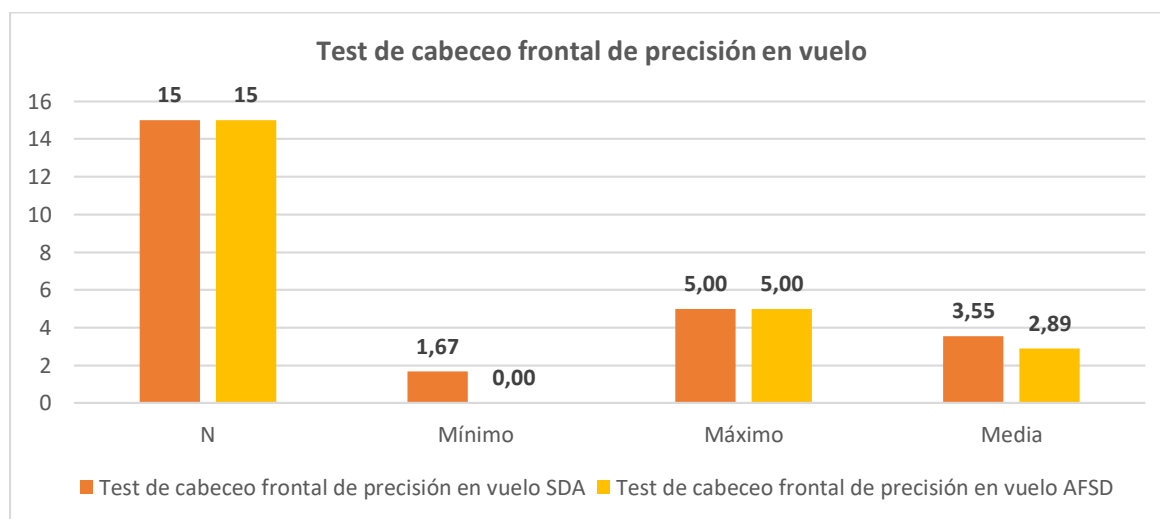
*Cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso*



Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el cabeceo frontal de precisión en contacto con el piso con resultados de diferencias en las funciones de las medias 1,45 cm, lo que marca que SDA tiene resultados muy diferenciados en estas funciones, considerando que las otras funciones son iguales o mínimos cambios

**Tabla 9***Análisis de cabeceo frontal de precisión en vuelo*

	Estadísticos descriptivos			
	N	Mínimo	Máximo	Media
Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo SDA	15	1,67	5	3,55
Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo AFSD	15	0	5	2,89
N válido (por lista)	15			

**Figura 15***Test de cabeceo frontal de precisión en vuelo*

Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el de cabeceo frontal de precisión en vuelo, con resultados de diferencias en las funciones de mínimo 1,67 cm, en máximo resultados iguales y de análisis de medias 0,66 cm, lo que marca que SDA tiene resultados muy diferenciados con relación a la AFSD

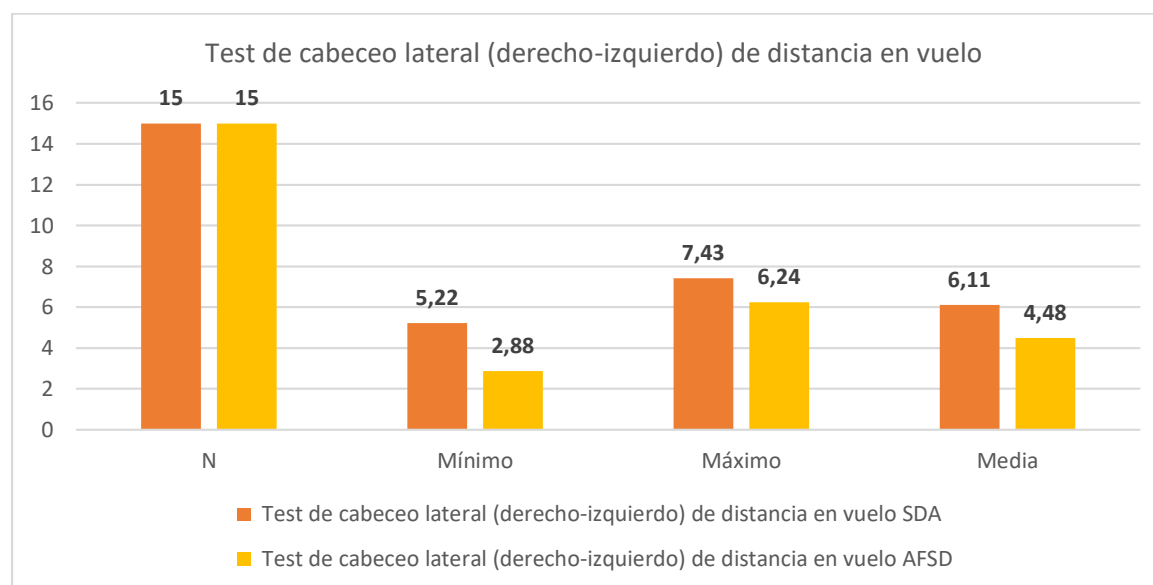
**Tabla 10**

*Análisis del Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo*

	Estadísticos descriptivos			
	N	Mínimo	Máximo	Media
Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo SDA	15	5,22	7,43	6,11
Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo AFSD	15	2,88	6,24	4,48
N válido (por lista)	15			

**Figura 16**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo*



Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en vuelo, con resultados de diferencias en las funciones de mínimo 2,34 cm, en máximo 1,69 cm, y análisis de medias 1,63 cm, lo que marca que SDA tiene resultados muy diferenciados con relación a la AFSD

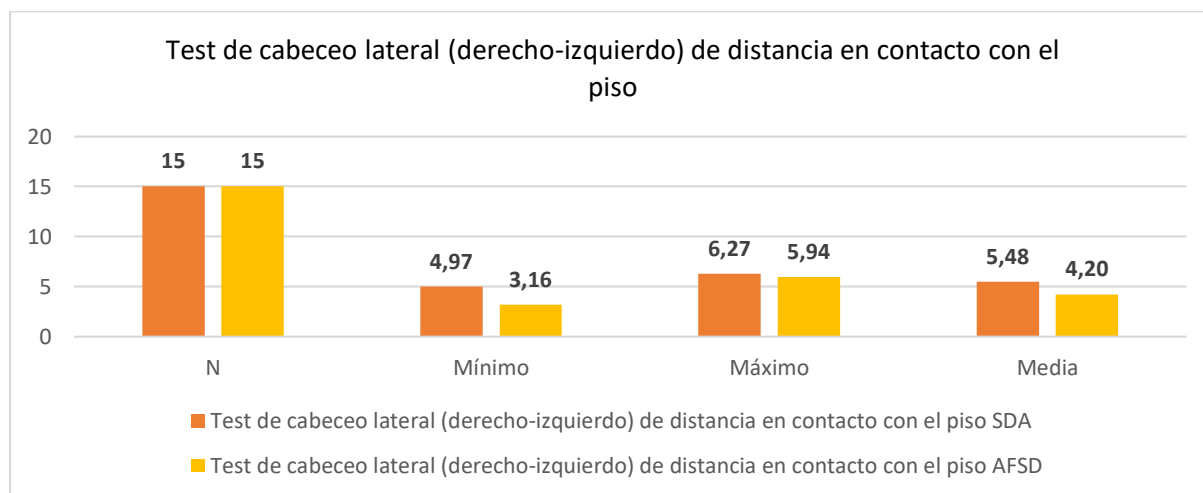
**Tabla 11**

*Análisis del Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia con el piso*

	Estadísticos descriptivos			
	N	Mínimo	Máximo	Media
Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso SDA	15	4,97	6,27	5,48
Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso AFSD	15	3,16	5,94	4,20
N válido (por lista)	15			

**Figura 17**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso*



Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de distancia en contacto con el piso, con resultados de diferencias en las funciones de mínimo 1,81 cm, en máximo 0,33 cm, y análisis de medias 1,28 cm, lo que marca que SDA tiene resultados muy diferenciados con relación a la AFSD

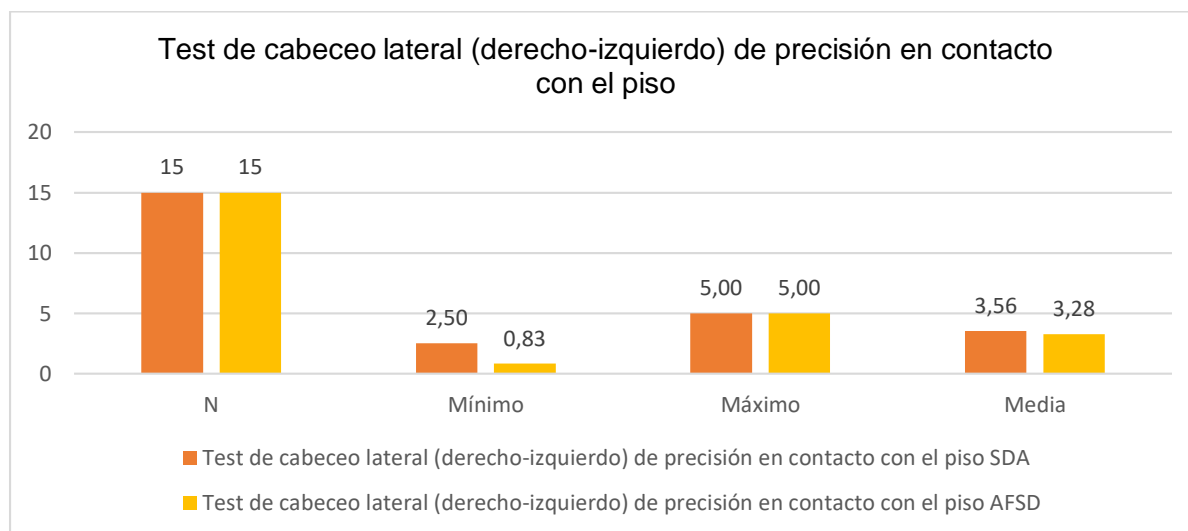
**Tabla 12**

*Análisis del Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión con el piso*

Estadísticos descriptivos				
	N	Mínimo	Máximo	Media
Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso SDA	15	2,50	5,00	3,56
Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso AFSD	15	0,83	5,00	3,28
N válido (por lista)	15			

**Figura 18**

*Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso*

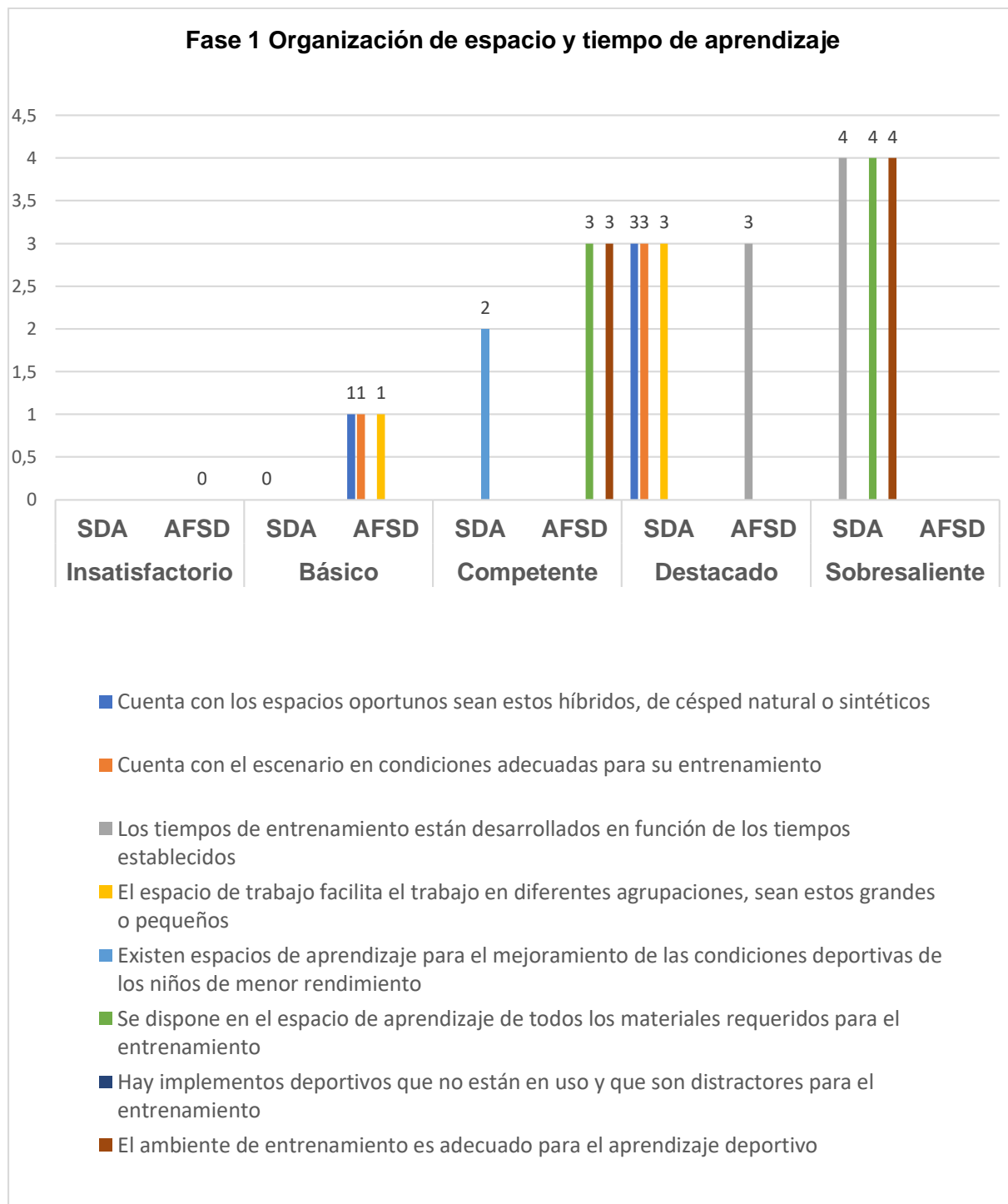


Se observa en la figura las diferencias existentes entre la Escuela de Fútbol de Sociedad Deportiva Aucas y la Academia de Fútbol de Santo Domingo con una muestra de 15 participantes por cada escuela, en el Test de cabeceo lateral (derecho-izquierdo) de precisión en contacto con el piso, con resultados de diferencias en las funciones de mínimo 1,67 cm, en máximo están iguales, y en el análisis de medias 0.28 cm, lo que marca que SDA tiene resultados diferenciados con relación a la AFSD

## Análisis de la Ficha de Observación

Figura 19

Fase 1 Organización de espacio y tiempo de aprendizaje



**Figura 20**

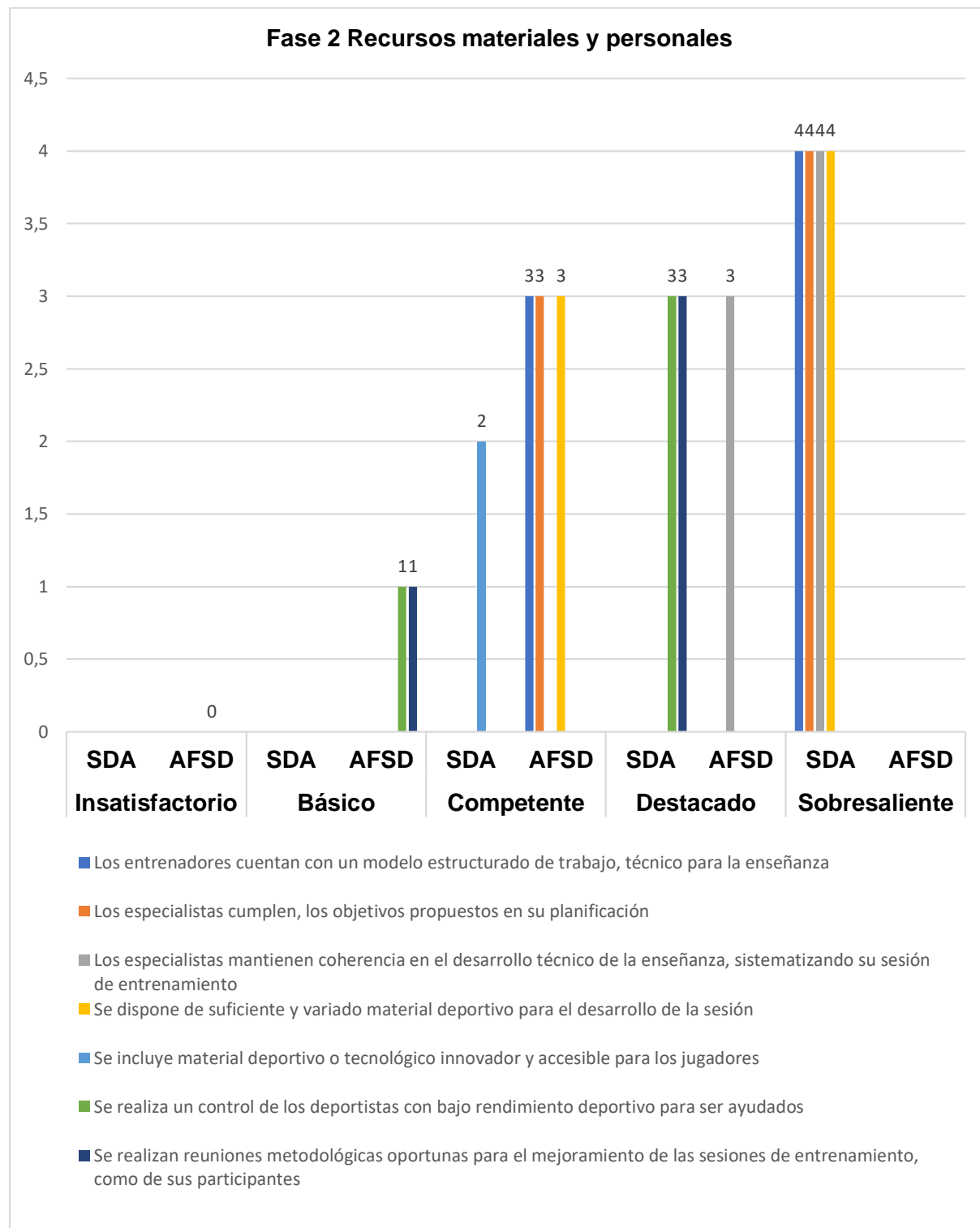
*Análisis de resultados finales de organización de espacios y tiempo de aprendizaje*



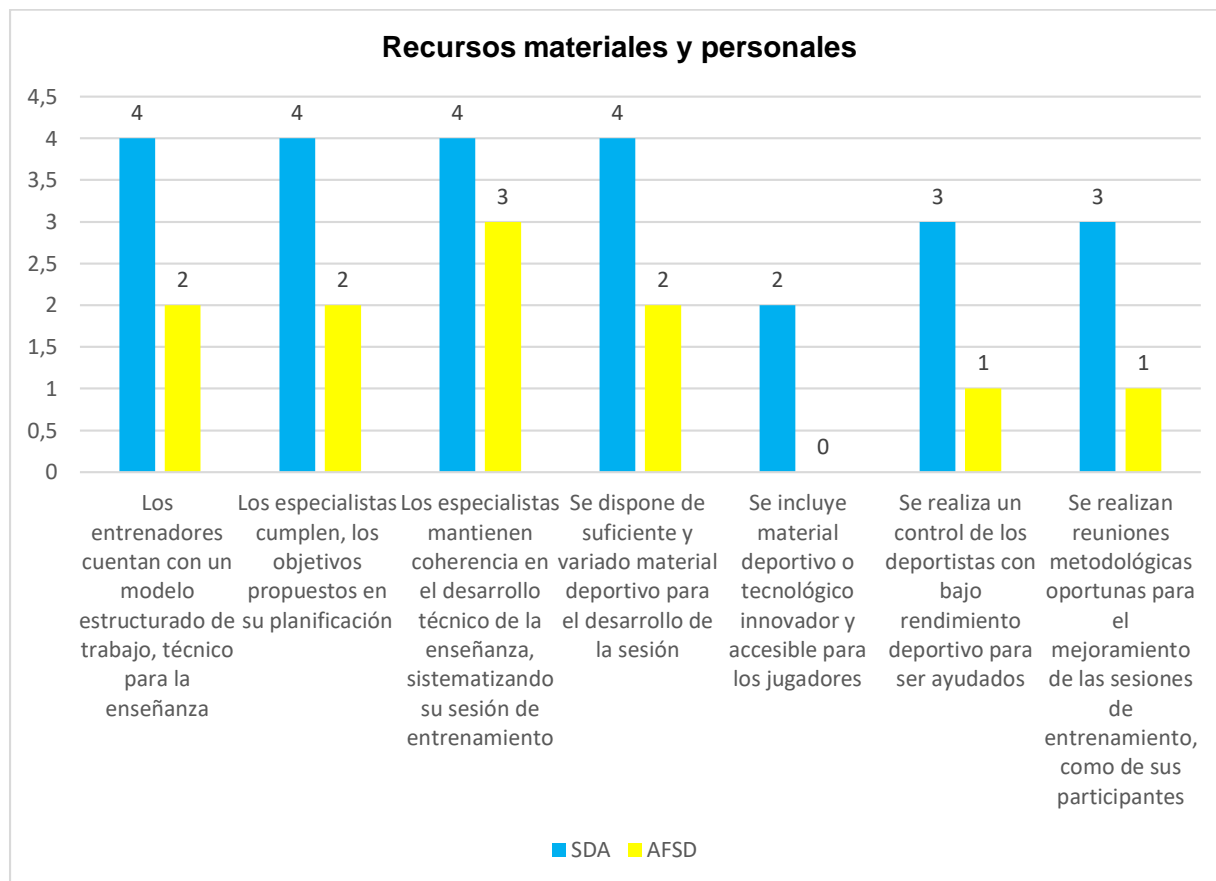
Se observa en la figura de Organización de espacio y tiempo de aprendizaje, en los diferentes componentes de la metodología de la fase 1, que la metodología revisada por los investigadores en la Escuela de fútbol del SDA cuenta con resultados mas eficiente en la totalidad en la sesión de entrenamiento, mientras que la AFSD se determinó en función de la revisión técnica metodológica de este apartado encontramos en su mayoría de sus elementos resultados negativos en relación a la Escuela de SDA

Figura 21

## Fase 2 Recursos materiales y personales



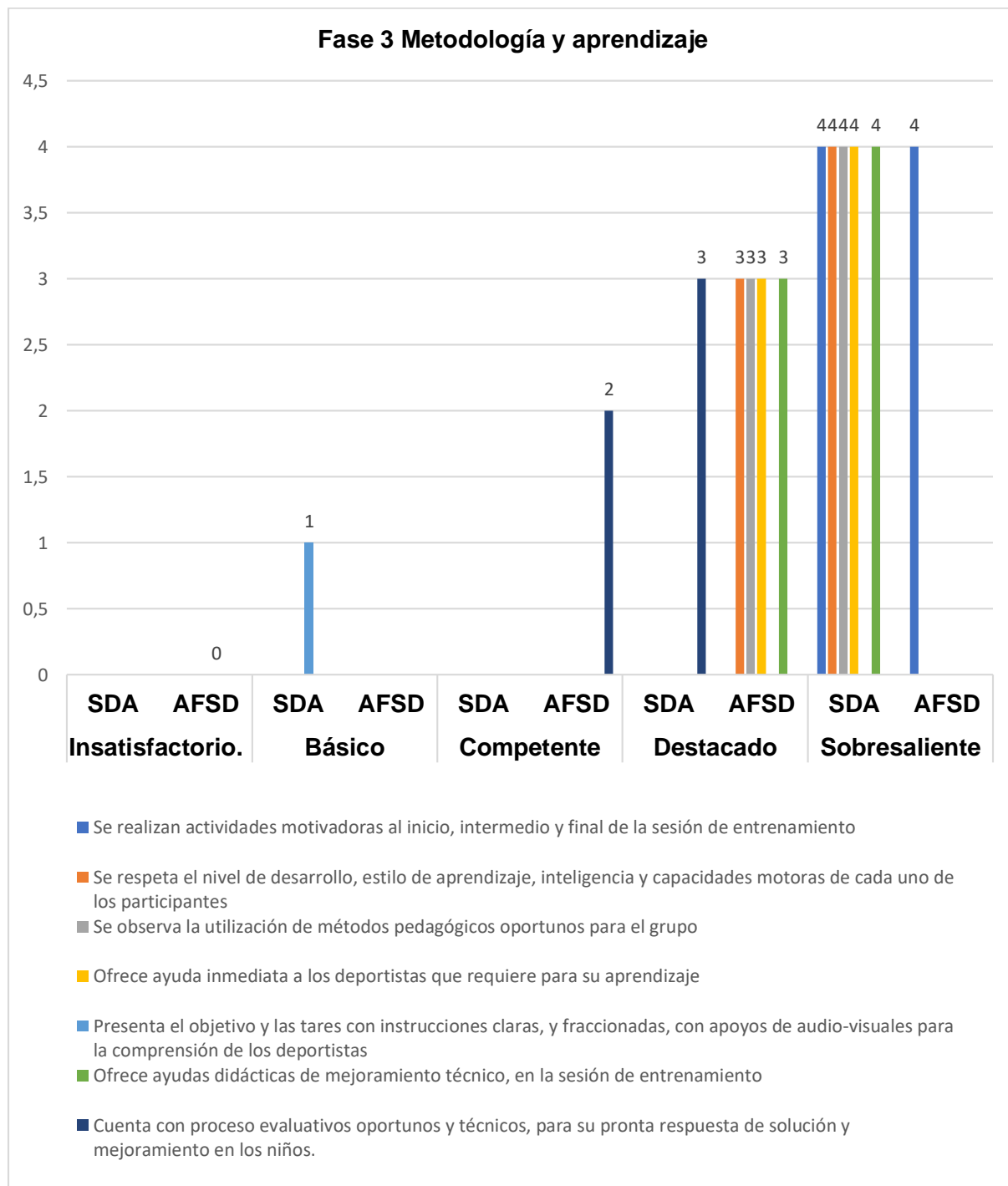


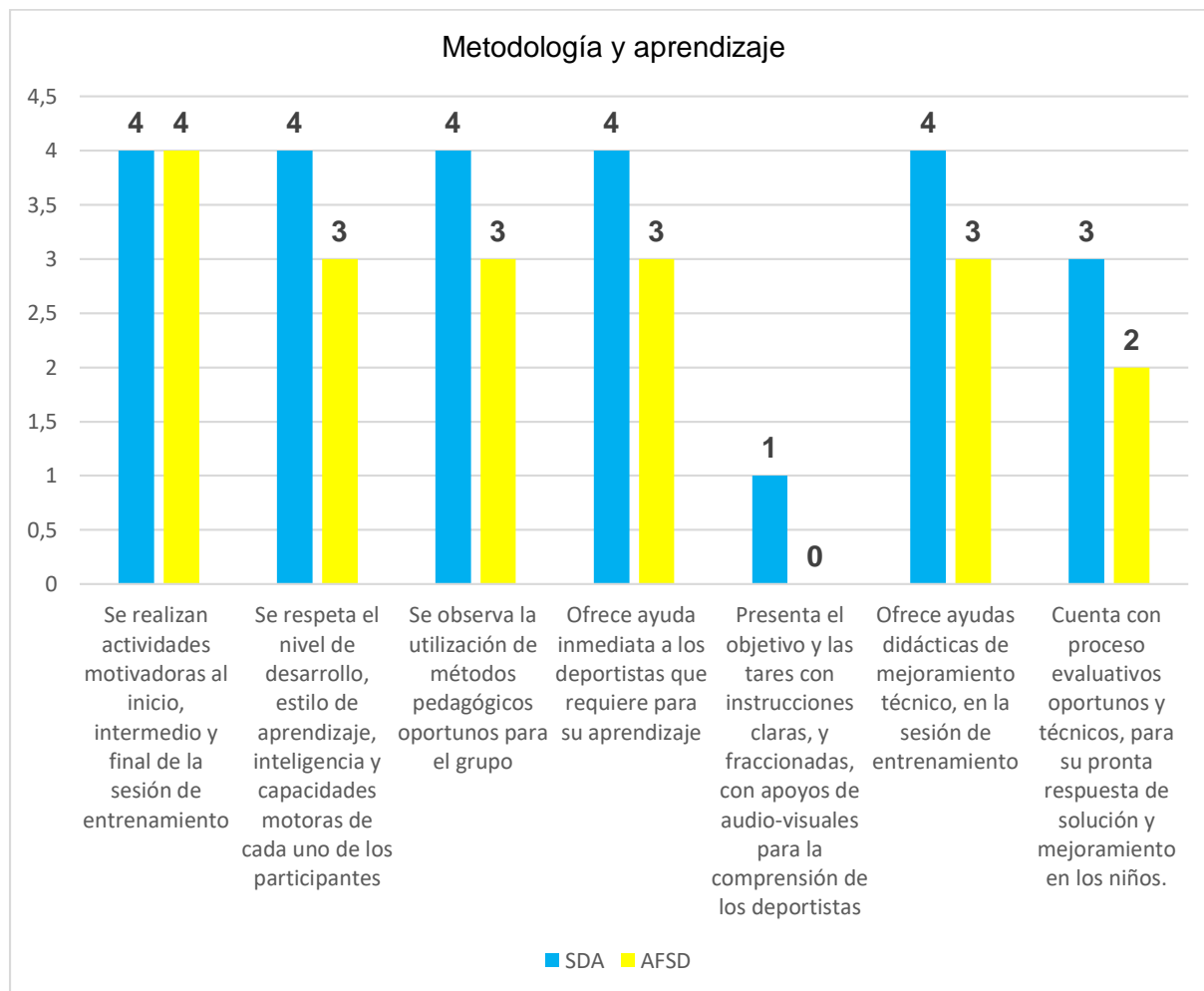
**Figura 22***Recursos materiales y personales*

Se observa en la figura de Recursos materiales y personales, en los diferentes componentes de la metodología de la fase 2, que la metodología revisada por los investigadores en la Escuela de fútbol del SDA cuenta con resultados más eficiente en la totalidad de los componentes teniendo como resultados significativos la valoración de sobresaliente, mientras que la AFSD se determinó en función de la revisión técnica metodológica de este apartado encontramos en su mayoría de sus elementos, resultados de competente lo que es superado por la Escuela de SDA, tomando en consideración que el recurso material y personal manifiesta un resultado de competente y básico en su mayoría.

Figura 23

## Fase 3 Metodología y aprendizaje



**Figura 24***Metodología y aprendizaje*

Se observa en la figura de Metodología y aprendizaje, en los diferentes componentes de la metodología de la fase 3, que la metodología revisada por los investigadores en la Escuela de fútbol del SDA cuenta con resultados más eficiente en la totalidad de los componentes teniendo como resultados significativos la valoración de sobresaliente en la mayoría de elementos estudiados, mientras que la AFSD se determinó en función de la revisión técnica metodológica de este apartado encontramos en su mayoría de sus elementos, son resultados de competente y básico, lo que es superado por la Escuela de SDA.

Una vez finalizada el análisis respectivo de cada uno de las pruebas físicas relacionando a las medias pertinentes de cada una de las escuelas de fútbol tanto de la escuela de fútbol de Sociedad Deportiva Aucas como de la Academia de Formación Santo Domingo, encontramos que los resultados son muy superiores en la escuela de fútbol de Sociedad Deportiva Aucas, la misma que cuenta con los medios, los recursos, la metodología, el personal que labora como entrenadores, el material que dedica a la preparación y formación del fútbol infantil; esto conlleva a que el aprendizaje de la fundamentación técnica en la escuela de Sociedad Deportiva Aucas es pertinente y que correlaciona con los resultados en el rendimiento de las distintas pruebas técnicas de cabeceo, realizado a cada uno de ellos se encuentra niveles técnicos superiores en cada una de estas pruebas, determinando que la incidencia que tiene su metodología de formación es significativa y conllevan a todos los elementos metodológicos del proceso de enseñanza a una relaciona estrecha con el rendimiento técnico alcanzado en los jugadores de la categoría sub 12, no a si podemos observar que las condiciones del la Académica de Futbol Santo Domingo, respecto a su metodología de enseñanza como su rendimiento técnico mantienen correlación estas dos variables de estudio. Hay que considerar que el rendimiento deportivo, hay que considerar que el rendimiento deportivo en los jugadores de la categoría sub 12 tiene una gran un gran desafío por cada exigencia de juego que conlleva a una formación de mayor nivel producto del entorno competitivo.

Se comprueba la hipótesis de trabajo mediante el análisis de estudio de medias las mismas que tiene incidencia de la metodología en el aprendizaje del elemento técnico de cabeceo atreves de todos los componentes de la metodología.

## Conclusiones

- Se determina la comprobación de la hipótesis de trabajo a través del estudio y análisis de medias dónde la metodología de enseñanza incide en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol Cómo es el cabeceo comparando a la escuela de fútbol de sociedad deportiva aucas versus la academia de fútbol Santo Domingo
- Se da cumplimiento a la descripción y revisión bibliográfica de los diferentes conceptos y teorías de la enseñanza del fútbol, dónde sus elementos metodológicos deben ser pertinentes en dependencia de las características de los individuos.
- Se determinó los resultados técnicos del cabeceo a través de diferentes evaluaciones del cabeceo los mismos que mantienen relación en las diferentes formas de su aplicabilidad, como el cabeceo en función de los segmentos, en el estado en el que se encuentra, en la dinámica de ejecución y en relación a la distancia y al nivel de precisión, que este puede darse con sus elementos que son significativos y tienen relación en el contexto del fútbol y su juego.
- Se pudo determinar a través de un análisis comparativo de medias las diferencias existentes entre estas dos escuelas sacando como resultados importantes que el fútbol y su proceso de aprendizaje debe considerarse los elementos que son parte de la metodología de enseñanza tomando en cuenta las fajas etarias y sus características esta consideración permitirá la efectividad en el aprendizaje como pudimos observar en estos dos tipos de escuelas donde para una de ellas ha podido tomar en cuenta estos elementos con mayor importancia.
- Se observa que las características de los entrenadores son fundamentales en la formación del infante, por los procesos metodológicos aplicados por aquellos que cuentan con el conocimiento técnico y científico.

### **Recomendaciones**

- Se recomienda la evaluación permanente de la metodología que se aplica en los procesos de formación deportiva tomando en consideración los elementos estudiados y analizados en este estudio.
- Se recomienda tomar en cuenta los medios y la infraestructura pertinente para la formación y entrenamiento de la disciplina del fútbol, esto permitirá el desarrollo emocional afectivo de los aprendices, los mismos que crean ambientes efectivos y eficientes en la enseñanza.
- Se recomienda la utilización de métodos de enseñanza que sean oportunos y acordes a las características de los individuos que están en un proceso de enseñanza, esto le facilitará un rendimiento adecuado en las diferentes competencias deportivas, que permitirán tener un desarrollo armonioso en el proceso de formación.

## Bibliografía

- Benedek. (2001). Fútbol Infantil. En Benedek, *Fútbol Infantil* (págs. 41-48). Mexico: Editorial Paidotribo.
- Benítez, S. (Febrero de 2009). *Metodología y niveles de enseñanza en la iniciación deportiva al fútbol*. Obtenido de EFDEPORTES:  
<http://www.efdeportes.com/efd129/metodologia-de-ensenanza-en-la-iniciacion-deportiva-al-futbol.htm#:~:text=En%20la%20ense%C3%B1anza%20del%20f%C3%BAtbol,ir%20aumentando%20el%20trabajo%20espec%C3%ADfico.>
- Blázquez, D. (1999). *A modo de introducción*. . Barcelona: INDE.
- Bosch. (1990). *La importancia de las habilidades cognitivas en los deportes*. Mexico: Children's Health.
- Bruggeman, D. (2004). *Sobre el desarrollo en las edades infantil y juvenil*. Ciudad de Mexico: Paidotribo. Obtenido de  
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=vgJ9e9dyp58C&oi=fnd&pg=PA3&dq=desarrollo+de+aprendizaje+en+las+etapas+del+fútbol&ots=PDCsQuYQqY&sig=GAjPgQUf4nSPTxmUTrSNUp1kf30#v=onepage&q=desarrollo%20de%20aprendizaje%20en%20las%20etapas%20del%20fútbol&f=false>
- Bruyninckx, M. (2011). *Fútbol reducido*. Bengica: Paidotribo.
- Byer, T. (2015). *Give them Confidence on and off the field*. Obtenido de  
<https://soccerstartsathomebook.com/>
- Cortés, C. E. (27 de 05 de 2015). *Metodología propia de la enseñanza del fútbol*. Recuperado el 5 de 07 de 2023, de Wiktionary:  
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/22839/20786514>
- Cruyff, J. (2018). *Fútbol Total: La guía esencial del fútbol*. EDITORIAL BASE (ES).

- Díaz, I. P. (2021). Técnica Individual y Colectiva en Fútbol. En I. P. Díaz, *Técnica Individual y Colectiva en Fútbol*. (págs. 99-101). INDE.
- Fernandez, M. (Mayo de 2013). *Comportamiento de la acción técnico-táctica del cabeceo del equipo de Palmira de fútbol 10-11 años*. Obtenido de EFDEPORTES: <https://www.efdeportes.com/efd180/comportamiento-del-cabeceo-de-futbol.htm>
- Forteza, A. (1999). *Las direcciones del entrenamiento deportivo*. La Habana: Cubana.
- Garret, W. (2005). Medicina del Fútbol. En W. Garret, *Medicina del Fútbol* (págs. 43-50). Florida: Paidotribo.
- Gutierrez, F. V. (2002). *Las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones en salud*. La Habana: Educ Med Super.
- Hernández, Y., & García. (2012). El fundamento técnico del cabeceo. En Y. Hernández, & García, *El fundamento técnico del cabeceo* (págs. 28-36). Madrid: Asociación Española de Ciencias del Deporte.
- Jiménez, S. B. (02 de 2009). *Metodología y niveles de enseñanza*. Obtenido de Metodología y niveles de enseñanza: <https://www.efdeportes.com/efd129/metodologia-de-ensenanza-en-la-iniciacion-deportiva-al-futbol.htm>
- Manga, F. (2016). Principios técnicos del fútbol. En F. Manga, *Principios técnicos del fútbol*. (págs. 34-41). Bogotá: Repositorio Institucional.
- Masis, F. (Noviembre de 2002). *Evaluaciones o Tests para el Rendimiento*. Obtenido de Entrenadores de fútbol: <http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/tests/tests.htm>
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.
- Peña, M., Agirregomezkorta, A., & Zipitria, A. (09 de Mayo de 2019). *Proceso de enseñanzaaprendizaje del fútbol*. Obtenido de Gizarte eta Erakunde



Harremanetarako Departamentua:

<https://www.gipuzkoa.eus/documents/4004868/4007419/Futbol+Castellano.pdf/0c34fdd5-ff00-42ea-9d60-f9f30c882cb6>

Peña, M., Zipitria, A., & Agirregomezkorta, A. (09 de Mayo de 2019). *Proceso de enseñanza aprendizaje del fútbol*. Obtenido de Gizarte eta Erakunde

Harremanetarako Departamentua:

<https://www.gipuzkoa.eus/documents/4004868/4007419/Futbol+Castellano.pdf/0c34fdd5-ff00-42ea-9d60-f9f30c882cb6>

Platonov, W. (1995). *Entrenamiento Deportivo*. Barcelona: Paidotribo.

Riera, J. (1995). *Estrategia, táctica y técnica deportivas*. Catalunya: Apunts. Educación Física y Deportes.

Rosero Duque, M. F. (2020). *Vista de La importancia del material, los recursos y estímulos aplicados como juego en la actividad física*. EDUCARE.

Sanchez, E. (2015). *Entrenamiento de la condicion fisica de los metodos tradicionales a los actuales*. San Jose: Metadatos.

Sanchez, J. (Diciembre de 2002). *Test de Control Técnico*. Obtenido de Entrenadores de fútbol: [http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/test\\_tec/test\\_tec.htm#inicio](http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/test_tec/test_tec.htm#inicio)

Vega, M. A., Rodríguez, K. J., & Santos, J. C. (Viernes de Abril de 2021). *Evaluación de la incidencia de una propuesta metodológica para cabeceó ofensivo y cobertura defensiva en jóvenes practicantes de un club de fútbol de Bogotá*. Obtenido de <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/16940/EVALUACION%20DE%20UNA%20PROPUESTA%20DE%20INTERVENCIONN.pdf?sequence=1>

Verheijen, F. (1990). *The ovule of Gasteria verrucosa at receptivity of the stigma: an ultrastructural study*. Neerlandica: Edita.

Wein, H. (1999). *El futbol a la medida del adolescente*. Sevilla: CEDIFA.



