



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA: CULTURA FÍSICA

**Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la
obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación:**

Mención: Cultura Física

TEMA:

**“LA ENSEÑANZA DEL FUTSAL EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE
LA CATEGORIA INTERMEDIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA
HISPANO AMÉRICA EN EL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE
TUNGURAHUA”**

AUTOR: Borja Urquiza Diego Xavier

TUTOR: Ing. Mg. José Yamandú Yánez Cabrera

Ambato- Ecuador

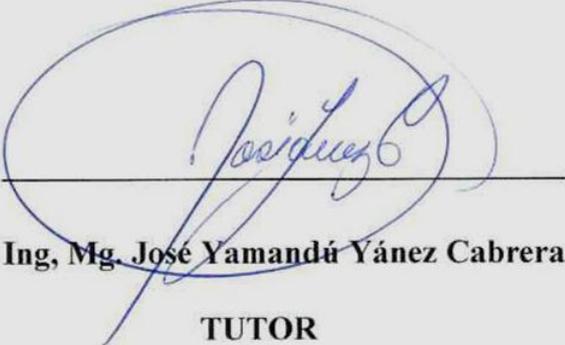
2016 - 2017

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE
GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

CERTIFICA

Yo, Ing, Mg. José Yamandú Yánez Cabrera C.C: 180250504-8 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema:

“LA ENSEÑANZA DEL FUTSAL EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA CATEGORIA INTERMEDIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA HISPANO AMÉRICA EN EL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA” desarrollado por el estudiante Borja Urquiza Diego Xavier, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.



Ing, Mg. José Yamandú Yánez Cabrera
TUTOR

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en los estudios realizados durante la carrera, investigación científica, revisión documental y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios vertidos en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.



Borja Urquiza Diego Xavier

CC. 020202474-1

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema **“LA ENSEÑANZA DEL FUTSAL EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA CATEGORIA INTERMEDIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA HISPANO AMÉRICA EN EL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de Autor y no se utilice con fines de lucro.



Borja Urquiza Diego Xavier
CC. 020202474-1
AUTOR

Al Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación:

La Comisión de estudio y calificación del Informe de Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema:

LA ENSEÑANZA DEL FUTSAL EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA CATEGORIA INTERMEDIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA HISPANO AMÉRICA EN EL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, presentada por el Sr. Borja Urquiza Diego Xavier de la Carrera de Cultura Física, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principio básicos, técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN



Mg. Edgar Medina

MIEMBRO



Mg. María Viteri

MIEMBRO

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a Dios, por haberme brindado la oportunidad de vivir y de regalarme una familia maravillosa.

En especial a mi madre, quien fue mi pilar fundamental y una guía de inspiración para seguir adelante.

A mi padre y a mi hermano, mis abuelitas por brindarme su apoyo incondicional en todo momento, los quiero mucho.

A mi familia en general, por brindarme todo su cariño, su apoyo constante e incondicional día a día.

Diego Xavier Borja Urquiza

AGRADECIMIENTO

Los agradecimientos están dirigidos, a todas las personas y entidades que hicieron posible la realización exitosa de esta investigación, principalmente agradezco a mis padres y hermano por el apoyo y motivación entregada.

También se agradece a los docentes de la Universidad Técnica de Ambato por los conocimientos compartidos y enseñados para mi desarrollo profesional, en especial al ING, MG. JOSÉ YAMANDÚ YÁNEZ CABRERA, tutor guía de mi tema de investigación.

Se agradece a la UNIDAD EDUCATIVA “HISPANO AMÉRICA” por facilitar sus instalaciones para llevar a cabo esta investigación.

Diego Xavier Borja Urquiza

ÍNDICE GENERAL

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE	ii
GRADUACIÓN O TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN	iii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR	iv
Al Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación:	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL.....	viii
INDICE DE ILUSTRACIONES	xv
Resumen Ejecutivo.....	xvi
INTRODUCCIÓN.....	XVII
CAPÍTULO I.....	1
EL PROBLEMA	1
1.1	Tema 1
1.2.....	Planteamiento del problema 1
1.2.2 Árbol de Problemas	5

1.2.3.....	Análisis crítico	6
1.2.4.....	Prognosis	6
1.2.4.....	Formulación del problema	7
1.2.5.....	Preguntas Directrices	7
1.2.6.....	Delimitación del objeto de investigación	7
1.3.....	Justificación	8
1.4.....	Objetivos.	10
1.4.1. Objetivo General.....		10
1.4.2. Objetivos Específicos.....		10
CAPÍTULO II.....		11
MARCO TEÓRICO		11
2.2 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA		13
2.2.1. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA		13
2.2.2 FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA.....		13
2.2.3 FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA		14
2.2.4. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA		14
2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL		14
2.4.1. Constelación de ideas: Variable Independiente.....		19
2.4.2 Constelación de Ideas: Variable Dependiente		20
2.5.1. CONCEPTUALIZACIÓN		21
2.5.1.1. VARIABLE INDEPENDIENTE		21

2.5.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE	32
2.3.- Hipótesis.....	59
2.4.- Señalamiento de variables.....	59
CAPÍTULO III	60
METODOLOGÍA	60
3.1.- Enfoque Investigativo	60
3.2.- Modalidad Básica de la Investigación.....	60
3.2.1.- Investigación Bibliográfica Documental.....	60
3.2.2.- Investigación de Campo.....	60
3.3.- Nivel o tipo de Investigación	61
3.3.1.- Método Científico	61
3.3.2.- Método Empírico	61
3.2.3.-Método de la Observación	61
3.2.4.-Método Descriptivo.....	61
3.2.5.-Método Exploratorio	62
3.4. Población y Muestra	62
3.5.- Operacionalización de las Variables	64
3.6.- Recopilación de la Información	64
3.7.- Plan de procesamiento de información	65
Procesamiento:	65
CAPÍTULO IV	66

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	66
4.1 Análisis de resultados	66
4.1.1 Análisis Cuantitativo	66
ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES.....	67
4.2.- Verificación de la hipótesis	87
4.2.1.- Planteamiento de la hipótesis	87
4.2.2.- Selección del nivel de investigación	87
Especificación de las regiones de aceptación y rechazo.....	88
Recolección de datos y cálculo de los estadísticos	89
Capítulo V	91
5.1Conclusiones	91
5.2Recomendaciones	92
Referencias	93
Metodología de Enseñanza.....	97
Bibliografía.....	105
ANEXOS.....	106

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Árbol de problemas	5
Gráfico 2: Categorías Fundamentales	18
Gráfico 3: Constelación de Ideas V.I.	19
Gráfico4: Pregunta 1	67
Gráfico 5: Pregunta 2	68
Gráfico 6: Pregunta 3	69
Gráfico 7: Pregunta 4	70
Gráfico 8: Pregunta 5	71
Gráfico 9: Pregunta 6	72
Gráfico 10: Pregunta 7	73
Gráfico 11: Pregunta 8	74
Gráfico 12; Pregunta 9	75
Gráfico 13: Pregunta 10.....	76
Gráfico 14: Pregunta 1 Docentes.....	77
Gráfico 15: Pregunta 2 Docentes.....	78
Gráfico 16: Pregunta 3 Docentes.....	79
Gráfico 17: Pregunta 4 Docentes	80
Gráfico 18: Pregunta 5 Docentes.....	81
Gráfico 19: Pregunta 6 Docentes.....	82
Gráfico 20: Pregunta 7 Docentes.....	83
Gráfico 21: Pregunta 8 Docentes.....	84
Gráfico 22: Pregunta 9 Docentes.....	85
Gráfico 23: Pregunta 10 Docentes.....	86

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Intervalo Training.....	44
Tabla 2: Población y MUESTRA.....	63
Tabla 3: Operacionalización VI.....	64
Tabla 4: OPERACIONALIZACIÓN VD	63
Tabla 5; Muestreo.....	64
Tabla 6: Pregunta 1.....	67
Tabla 7: Pregunta 2.....	68
Tabla 8: Pregunta 3.....	69
Tabla 9: Pregunta 4.....	70
Tabla 10: Pregunta 5.....	71
Tabla 11: Pregunta 6.....	72
Tabla 12 : Pregunta 7.....	73
Tabla 13: Pregunta 8.....	74
Tabla 14: Pregunta 9.....	75
Tabla 15: Pregunta 10.....	76
Tabla 16: Pregunta 1 Docentes.....	77
Tabla 17: Pregunta 2 Docentes.....	78
Tabla 18: Pregunta 3 Docentes.....	79
Tabla 19; Pregunta 4 Docentes.....	80
Tabla 20: Pregunta 5 Docentes.....	81
Tabla 21: Pregunta 6 Docentes.....	82
Tabla 22: Pregunta 7 Docentes.....	83
Tabla 23: Pregunta 8 Docentes.....	84

Tabla 24: Pregunta 9 Docentes.....	85
Tabla 25: Pregunta 10 Docentes.....	86
Tabla 26: Grados de Libertad.....	88
Tabla 27: Frecuencias Observadas	89
Tabla 28: Frecuencias Esperadas.....	90
Tabla 29: Calculo del Chi Cuadrado	90

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: El Pase.....	28
Ilustración 2: Conducción o dribling.....	29
Ilustración 3: El regate.....	29
Ilustración 4: Tiro a portería.....	30
Ilustración 5: La Recepción en semiparada.....	31
Ilustración 6: Las Fintas.....	32
Ilustración 7: Flexibilidad.....	36
Ilustración 8: Facilitación Neuromuscular.....	38
Ilustración 9: El Contraataque.....	50
Ilustración 10: Ataque Rotacional.....	51

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FISICA

MODALIDAD PRESENCIAL

“La enseñanza del fustal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la unidad educativa hispano américa en el cantón Ambato provincia de Tungurahua”

AUTOR: Borja Urquiza Diego Xavier

TUTOR: Ing., Mg. José Yamandú Yáñez Cabrera

Resumen Ejecutivo

La práctica deportiva es la realización de una actividad física que se concreta con afán competitivo y en la cual se deben respetar una serie de reglas, la función principal de los juegos es brindar diversión y entretenimiento, mientras aportan un estímulo mental y físico.

Para la enseñanza de los deportes colectivos ha ido cambiando conforme lo ha hecho la enseñanza de la práctica deportiva.

Se difundió desde un enfoque tradicional mediante el cual la enseñanza se basa en el resultado y se enfatiza en el aprendizaje de la técnica, antes que la comprensión del juego, a un enfoque alternativo, que se basó en el proceso y se fundamenta en la propuesta de experiencias motrices, vinculadas al contexto real del juego.

Palabras Claves: enseñanza, fustal, practica, deportiva, categoría intermedia.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo investigativo trata sobre el **LA ENSEÑANZA DEL FUTSAL EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA CATEGORÍA INTERMEDIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA HISPANO AMÉRICA EN EL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA**”, la misma que comprende seis capítulos los cuales se mencionan a continuación con su respectivo contenido:

Capítulo I: se focaliza en el problema que se ha detectado en la unidad educativa siendo éste el desconocimiento de la identidad cultural y analizando el mismo a través del planteamiento del problema, la contextualización, el análisis crítico sirviéndose de un árbol de problemas, la prognosis, la delimitación de la investigación, justificación y el planteamiento de objetivos general y específicos respectivamente.

Capítulo II se constituye de un marco teórico, el mismo que hace mención de los antecedentes investigativos, fundamentación filosófica, fundamentación legal, fundamentos investigativos científicos, explicaciones y análisis de diferentes autores que hablan acerca de las variables dependiente e independiente y finalmente la hipótesis.

Capítulo III se enfoca en el desarrollo del tipo de metodología que se utilizará para el análisis y estudio del problema, la operacionalización de variables, las

técnicas e instrumentos para recolección, procesamiento y análisis de los datos y resultados.

Capítulo IV se desarrolla el análisis e interpretación de los resultados de la investigación a través de la encuesta aplicada a la población investigada.

Capítulo V se fundamenta de las conclusiones y recomendaciones que se han propuesto en la investigación.

Anexos el artículo científico paper es un resumen del trabajo realizado con el propósito de que la investigación y sus resultados así como sus conclusiones sean observadas y sirvan para un posterior análisis de la comunidad científica.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“La enseñanza del futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el cantón Ambato, Provincia de Tungurahua”

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

El incipiente auge en el mundo protagonizado por el deporte de competición en las últimas décadas, ha generado que el proceso de enseñanza se convierta en una ardua tarea a desarrollar por docentes y entrenadores. Este proceso requiere un mayor control y análisis, tanto en el transcurso de la enseñanza como de los efectos de la misma, hecho que supone un mayor ajuste de dicho proceso para la optimización los resultados requeridos.

La Práctica Deportiva contribuye a mantener en el estudiante un estado de ánimo alegre y activo, al realizar actividades y relacionarse con los docentes y compañeros que lo rodean, al establecer relaciones espaciales con objetos reales tomando como punto de partida su cuerpo en movimiento, al expresar y comprender las indicaciones del docente en el área de la cultura física, acompañarlo con movimientos, estímulos entre otros, todos dirigidos a la realización de la práctica deportiva planificada y controlada de acuerdo con sus logros.

A nivel mundial el futsal es un deporte colectivo de pelota practicado entre dos equipos de cinco jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro. Surgió inspirado en otros deportes como el fútbol, que es la base del juego; el waterpolo; el voleibol, el balonmano y el baloncesto, tomando de estos no solo parte de las reglas, sino también algunas técnicas de juego. De la iniciación al alto rendimiento aporta una herramienta útil y aplicable tanto para entrenadores como para preparadores físicos inmersos en el mundo del fútbol sala, desde un enfoque científico, evitando caer en el grave error de las recetas, tan frecuentes en el campo del entrenamiento deportivo.

La disminución de la práctica de alguna actividad deportiva en nuestro medio se incrementa día a día, las Instituciones educativas buscan la manera de realizar actividades deportivas para disminuir esta problemática y ayudar a nuestra niñez y juventud, pero lo que hace no es suficiente, de igual manera se ha detectado la falta de apoyo en las autoridades gubernamentales y provinciales hacen muy poco o casi nada para ayudar a la juventud para la práctica de alguna actividad deportiva.

En nuestro país llevar a los jóvenes por los diferentes ciclos en la enseñanza del futsal, se abarcaran por edades, destrezas y desarrollos que deberán tener en cuenta y diversos factores. El objetivo de este deporte es conocer el desarrollo del futbolista desde sus primeros pasos por el futsal hasta su culminación con el juego de futsal se implementaran ayudas didácticas, entre ellas charlas, videos, ejemplos y apuntes de expertos que nos ayudaran a tomar una posición importante, para definir la clase y el juego que se viene a implementar.

En la provincia de Tungurahua cantón Ambato, la práctica del futsal se está incrementando paulatinamente en las Instituciones educativas, se organizan campeonatos internos en cada uno de ellos teniendo como objetivo buscar los mejores practicantes de este deporte para que representen a cada una de las

Instituciones, pero el gran problema es que la difusión del fútbol es limitado por el desconocimiento de las Autoridades y el poco apoyo que brindan para la organización de los campeonatos de fútbol en nuestra Provincia.

En la Unidad Educativa Hispano América a fin de desarrollar un aprendizaje en los inicios en la disciplina de fútbol es importante empezar a formar de manera responsable, es decir, realizar programas y proyectos enfocados de manera integral a disminuir esta problemática y contribuir a un buen desarrollo de los jóvenes estudiantes con la práctica de este deporte y perfeccionar sus cualidades físicas es necesario realizar un cambio de paradigmas en la Unidad Educativa Hispano América para incrementar un aprendizaje significativo.

Además, la elaboración de este proyecto va a fomentar una cultura deportiva, donde se vinculan todos los componentes educativos, directivos, docentes, padres de familia y estudiantes, este proyecto permitirá mejorar el estilo de vida y hábitos de comportamiento de los educandos en su proceso evolutivo social educativo y físico. La enseñanza del fútbol en la práctica deportiva constituye en el medio educacional un proceso de interacción entre y fundamentalmente tiene lugar en forma grupal, en el que el docente ocupa un lugar de gran importancia como pedagogo, y transmisor de conocimientos, que lo organiza y lo conduce, pero tiene que ser de tal manera, que los miembros de ese grupo, los estudiantes tengan un significativo protagonismo y hagan sentir una gran motivación por lo que hacen.

La presente investigación va a ayudar en la Institución Educativa a fortalecer los procesos de enseñanza del fútbol, los cuales actúan como una unidad sólida y con objetivos. El proceso que es activo por excelencia, se va a estructurar y orientar en relación con los requerimientos de la edad, de las condiciones y situaciones imperantes, de las potencialidades individuales y del propio proceso integral de enseñanza al que pertenece. La dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje va a responder a una determinada teoría pedagógica de cada docente con los

estudiantes de la Institución, la cual incluye en su proyección didáctica y una solución al problema investigado buscando los aprendizajes significativos en los estudiantes.

Es necesario que el estudiante de la Unidad Educativa pueda y sepa potenciar sus cualidades físicas y comprenda la magnitud de lo que significa mantener un estilo de vida basado en una constante práctica del fútbol y los diferentes deportes que existen, que conozcan los beneficios del fútbol y lo positivo que es para su organismo y consecuentemente, en todas las áreas del ser humano.

1.2.2 Árbol de Problemas

EFEECTO



Gráfico 1: Árbol de problemas

FUENTE: Investigador

ELABORADO POR: Borja Urquiza Diego Xavier

1.2.3. Análisis crítico

El uso limitado de determinadas técnicas deportivas del fustal se debe a la inadecuada aplicación de procesos de enseñanza esto ha generado que el estudiante no desarrolle su interés por aprender adecuadamente el deporte del fustal.

Debido que no existe un tiempo destinado para la práctica deportiva del futsal no existe una correcta planificación y realización de eventos deportivos internos esto ocasiona que no se cumpla con los objetivos planteados por los estudiantes dentro de la materia de cultura física y también por el docente, teniendo así como resultado el desconocimiento del beneficio de la práctica deportiva en lo referente al futsal por consiguiente la institución no participa en intercolegiales, y no logran un campeonato para que los estudiantes pongan un interés adecuado en la práctica deportiva.

Los miembros de un equipo de Futsal que tengan poca práctica deportiva da como resultado el limitado rendimiento en los deportistas de la Unidad Educativa, la mala organización que se puede evidenciar dentro de la institución ocasiona que los estudiantes se desinteresen en distintos actos deportivos organizados dentro de la Unidad Educativa Hispano América.

Las estrategias pedagógicas inadecuadas utilizadas en la Unidad Educativa Hispano América traen consigo procesos de enseñanza inadecuados mientras tanto se observa que el tiempo limitado destinado a la práctica deportiva genera el desconocimiento de los beneficios del fustal en los estudiantes.

1.2.4. Prognosis

Si no se realiza esta investigación no se podrá conocer, la importancia que tiene el futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América, lo cual permitirá conocer si existe el aporte de un correcto desarrollo en el proceso educativo en el cual se desenvuelve el estudiante con la incorporación de nuevas capacidades físicas necesarias para este proceso deportivo.

Cuando no se realiza una práctica deportiva sistemática y continua, será imposible observar el mejoramiento o el avance en el desempeño de la enseñanza del con las actividades cotidianas incluidas. En el futuro para revertirse este estado que agudiza la problemática social que los estudiantes tendrán en la enseñanza de futsal, estos no serán aptos para la práctica de algún deporte a nivel profesional y no alcanzaran los objetivos propuestos por el docente en la Institución.

1.2.4. Formulación del problema

¿Cómo incide la enseñanza de futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el Cantón Ambato provincia del Tungurahua?

1.2.5. Preguntas Directrices

¿Cómo es la enseñanza del futsal en la Unidad Educativa Hispano América?

¿Qué tipo de práctica deportiva se utiliza en los estudiantes de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América?

¿Cuál sería la posible solución para el problema planteado?

1.2.6. Delimitación del objeto de investigación

CAMPO: Deportivo

ÁREA: Cultura Física

ASPECTO: Disciplina de fútbol / Práctica deportiva

Delimitación Espacial:

La presente investigación se realiza con los estudiantes de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América del cantón Ambato de la provincia de Tungurahua.

Delimitación Temporal:

Este problema será estudiado en el periodo 2016.

Unidades Observadas:

- Autoridades
- Docentes
- Estudiantes

1.3. Justificación

Es importante porque resulta necesario que todos los estudiantes desarrollen la enseñanza del fútbol para su desenvolvimiento correcto y adecuado en las clases de educación física y en los fundamentos del fútbol además se trata de enseñar los valores que rigen la práctica deportiva como conservar la identidad, cultura y el respeto a los demás.

Se realiza esta investigación por la problemática que existe en los estudiantes de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América porque mediante la práctica del fútbol, los estudiantes que presentan problemas en el proceso de aprendizaje van a mejorar su práctica deportiva con las diferentes estrategias a utilizarse en el proceso de enseñanza del fútbol.

Es **original** porque se presenta una propuesta innovadora para mejorar la enseñanza del futsal de los estudiantes por el desarrollo de la práctica deportiva que serán determinados mediante este estudio.

Esta investigación generará un **alto impacto** en el sistema educativo porque permitirá adquirir nuevas estrategias de enseñanza del futsal en la Institución en cada uno de los docentes haciendo que este deporte se masifique y se convierta en una práctica deportiva.

La **novedad** del tema radica en que no se ha tratado con profundidad en la institución, la práctica del futsal, por lo que se va a indagar el origen de la problemática logrando encontrar soluciones para establecer correctamente la práctica deportiva.

Es **Beneficiosa** porque los resultados que se obtengan de la investigación serán de uso metodológico y práctico de las autoridades de los diferentes Distritos a nivel provincial y de la Unidad Educativa Hispano América conformado por estudiantes y profesores que deben preocuparse en mejorar los procesos de enseñanza, proporcionando una mejor implementación pedagógica en el área de la cultura física.

Es **factible** realizar la investigación porque se cuenta con el apoyo y autorización de las autoridades, con la disponibilidad de materiales e implementos deportivos que permitan realizar las tareas necesarias para obtener los resultados esperados.

La práctica deportiva como un ente fundamental en el desarrollo de los estudiantes, tiende a ser un puente, mediante el cual se aporta de manera significativa el desarrollo de las habilidades, destrezas de los mismos, ayudando a un correcto desarrollo de movimientos que es una parte muy fundamental para la enseñanza del futsal.

1.4. Objetivos.

1.4.1. Objetivo General

Determinar la enseñanza del futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el cantón Ambato provincia del Tungurahua.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Diagnosticar la enseñanza del futsal de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el cantón Ambato provincia del Tungurahua
- Evaluar la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el cantón Ambato provincia del Tungurahua.
- Dar la mejor solución al problema planteado.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.- Antecedentes investigativos

Una vez realizada la revisión bibliográfica se ha comprobado que existen diversos proyectos relacionados con la presente investigación, pero no se ha profundizado en el tema que se trabaja en la unidad objeto de estudio.

Con previa revisión de materiales bibliográficos, se da a conocer los siguientes trabajos investigativos que servirán como elemento de juicio para establecer líneas base de información en el presente proyecto.

Dichos trabajos exponen lo siguiente:

TEMA: “LAS ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS Y SU RELACIÓN EN EL APRENDIZAJE DEL FÚTBOL SALA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LICEO POLICIAL MAYOR GALO MIÑO JARRÍN DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA” (Barquin, 2013, pág. 1).

CONCLUSIONES:

- En este trabajo, las estrategias que se utilizan tienen ejercicios específicos y adecuados para el aprendizaje de la técnica del Fútbol Sala, la participación de los involucrados es importante para que el autor pueda aplicar diferentes formas de enseñanza con único fin de adaptar a los deportistas los diferentes ejercicios que se encuentran en esta guía que servirá de mucha ayuda para su aprendizaje y futuro desarrollo.
- Los docentes o entrenadores pondrán en práctica sus conocimientos básicos y científicos de la forma más adecuada para que el deportista pueda desarrollarse de mejor manera y sacar adelante sus aptitudes y habilidades en

el campo de juego, esto permitirá una formación de nuevos deportistas en el Fútbol (Barquin, 2013, pág. 54).

TEMA: “LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTSAL Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE DEPORTIVO DE PERSONAS CON CAPACIDADES ESPECIALES DE LOS NOVENOS AÑOS DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN ESPECIAL PARA DEFICITARIOS AUDITIVOS “DR. CAMILO GALLEGOS” DEL CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA EN EL PERÍODO NOVIEMBRE 2010 MARZO 2011” (Canseco, 2011, pág. 10).

CONCLUSIONES:

- Todas personas tienen derecho a practicar el deporte que más les gusta y es interesante poder mejorar el estilo de vida de los jóvenes que a pesar de su capacidades especiales pueden estar inmersos en actividades deportiva como lo es el fútbol y de esta manera no ser discriminados. La Práctica del fútbol vincula a la colectividad, los mantiene alejado de los vicios y ayuda a su desarrollo motriz y aprendizaje deportivo.

La práctica psicomotriz se basa en dos principios importantes como son:

- **La globalidad:** Se puede entender como el estrecho vínculo existente entre las diversas estructuras que conforman al hombre como lo son su estructura somática, afectiva y cognitiva. Debemos entonces considerar al niño como un ser global que debe expresarse sin mutilación, dando significado a todos los parámetros de su entorno.
- **Expresividad psicomotriz:** Es cuando el niño posee determinadas estructuras íntimamente unidas que conforman su personalidad, por lo tanto, sería un único ser en el que estructura motriz, la afectiva y la cognitiva, se encuentran perfectamente imbricadas, funcionando como un todo

esencialmente hasta los siete y ocho, edad en las que se produce el paso del pensamiento preoperatorio al pensamiento operatorio (Canseco, 2011, pág. 15).

2.2 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

El presente trabajo investigativo está orientado al paradigma crítico propositivo, ya que busca interpretar una realidad social, netamente humana en la que están en interacción diversos actores; maestros, estudiantes, padres de familia, y elementos inmersos en la dinámica social, en donde luego del análisis de los datos recogidos y a través de la participación e interacción recíproca junto con las autoridades de la Institución se podrá proponer una oferta de solución al problema mencionado.

2.2.1. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA

El futsal como juego y como deporte, es una importante fuente para la educación integral del niño y del joven ya que la práctica de ello nos lleva a fomentar valores tales como la cooperación ayuda mutua, respeto, honestidad solidaridad con el resto del equipo, al igual que la socialización dentro y fuera del campo de juego, éstos son, algunos de las formas educativos.

La práctica de esta disciplina estimula el crecimiento integral y conservación de las capacidades enriqueciendo el aspecto cognoscitivo, social, psicológico y motriz.

2.2.2 FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA

La práctica deportiva, el ejercicio físico en la actualidad es un componente que está presente en la salud, que por su práctica se puede prevenir enfermedades y lesiones el sedentarismo es considerado uno de los factores más riesgoso para

adquirir enfermedades cardiovasculares. Por medio de un correcto proceso de enseñanza del futsal podremos lograr la adquisición de patrones motores, habilidades motrices que permitan una mayor evolución de sus destrezas para evitar una rigidez corporal.

2.2.3 FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA

La problemática a investigar es una situación real, los estudiantes no han desarrollado sus cualidades motrices y físicas, por no practicar este tipo de actividades deportivas y no fortalecidas por la institución, esta presentación de ejercicios se debe elaborar acorde a la necesidad de los estudiantes en general para dar una respuesta a la problemática.

2.2.4. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA

El deporte en especialmente el futsal, se lo debe presentar como un juego (deportivo) donde se entremezclen los mecanismos deportivos, expresivos y lúdicos que como un medio de ejecución, formación y potenciación de las cualidades y capacidades físicas, se base en contribuir al proceso de formación un mejor desarrollo corporal y evolución física de los niños mediante los ejercicios específicos tomando en cuenta la satisfacción de los estudiantes al ejecutarlo.

2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

LEY DE CULTURA FISICA, DEPORTES Y RECREACION.

Título 3 capítulo único

Art. 1.- Esta Ley regula la cultura física, el deporte y la recreación, y establece las normas y directrices a las que deben sujetarse estas actividades para contribuir a la formación integral de las personas.

Art. 2.- Para el ejercicio de la cultura física, el deporte y la recreación, al Estado le corresponde:

- a) Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana, así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación;
- b) Proveer los recursos económicos e infraestructura que permitan masificar estas actividades;
- c) Auspiciar la preparación y participación de los deportistas de alto rendimiento en competencias nacionales e internacionales, así como capacitar técnicos y entrenadores de las diferentes disciplinas deportivas;
- d) Fomentar la participación de las personas con discapacidad mediante la elaboración de programas especiales.

Art. 52.- Esta Ley, consagra el aporte a través de la Lotería del Fútbol para el fomento y desarrollo del deporte escolar, colegial y especial, de acuerdo a lo que se establezca reglamentariamente para ello.

La práctica de la educación física, la cultura física, deporte formativo y recreación es obligatoria en los niveles pre-primario, medio y superior. La educación física, deportes y recreación serán coordinados entre la Secretaría Nacional de Cultura Física, Deportes y Recreación, el Ministerio de Educación y Cultura y el Consejo Nacional de Universidades y Escuelas Politécnicas. (Ley del Deporte, 2010, págs. 22, 60).

Título I

Preceptos fundamentales

Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación la práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado (Ley del deporte educación física y recreación, 2010, pág. 3).

PLAN NACIONAL DEL BUEN VIVIR

Políticas y lineamientos

Numeral 3.7. Fomentar el tiempo dedicado al ocio activo y el uso del tiempo libre en actividades físicas, deportivas y otras que contribuyan a mejorar las condiciones físicas, intelectuales y sociales de la población.

- a. Masificar las actividades físicas y recreativas en la población, considerando sus condiciones físicas, del ciclo de vida, culturales, étnicos y de género, así como sus necesidades y habilidades, para que ejerciten el cuerpo y la mente en el uso del tiempo libre.
- b. Impulsar de forma incluyente la práctica de deportes y actividad física en el uso del tiempo libre.
- c. Promover mecanismos de activación física y gimnasia laboral en los espacios laborales, que permitan mejorar las condiciones físicas, intelectuales y sociales de las y los trabajadores.
- d. Propiciar el uso del tiempo libre de niños y niñas, adolescentes y jóvenes en actividades recreativas, lúdicas, de liderazgo, deportivas y asociativas,

como mecanismo de inserción y formación de ciudadanos activos (Plan Nacional del buen vivir, 2013, pág. 486).

2.4.- Categorías fundamentales

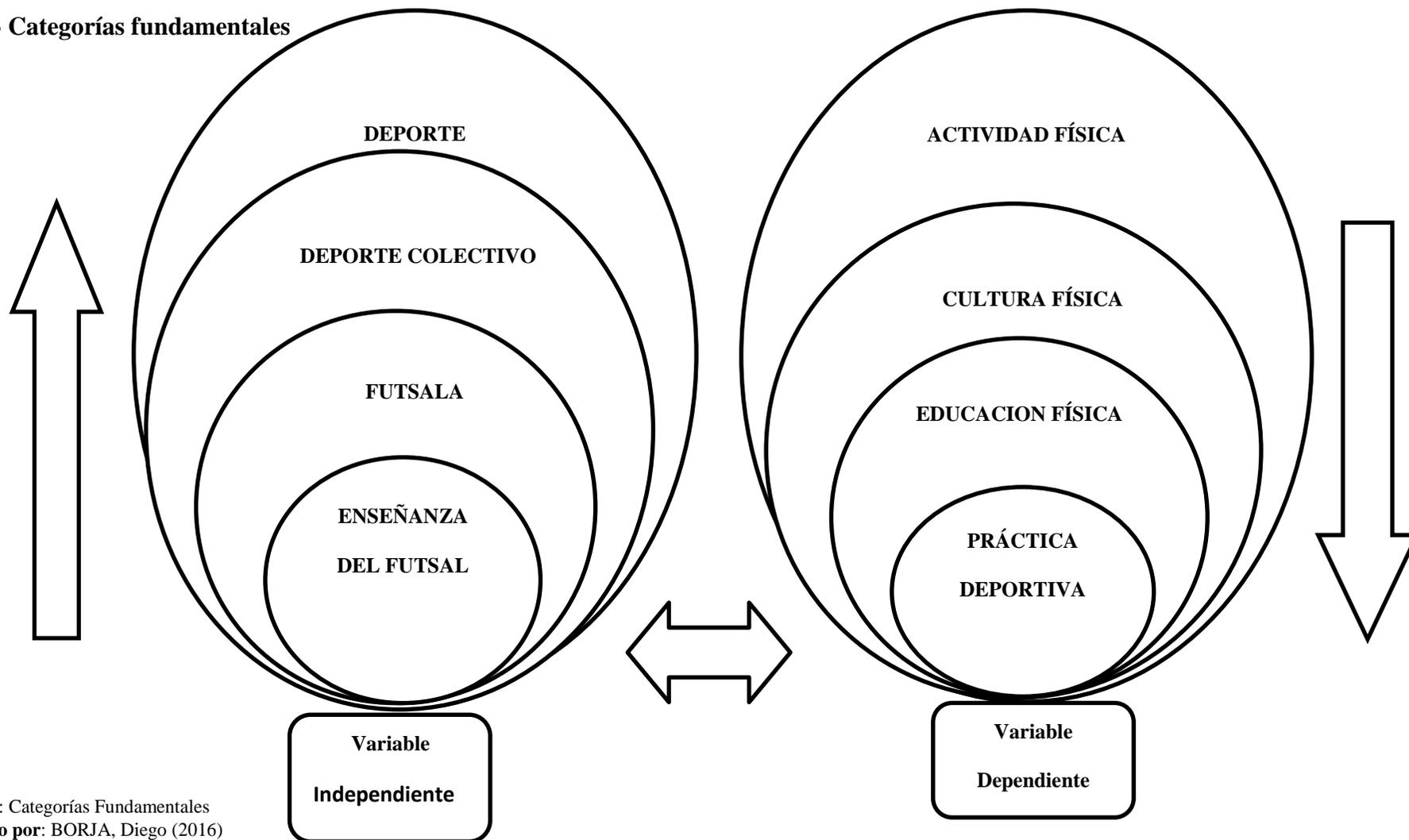


Gráfico 2: Categorías Fundamentales
Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

2.4.1. Constelación de ideas: Variable Independiente

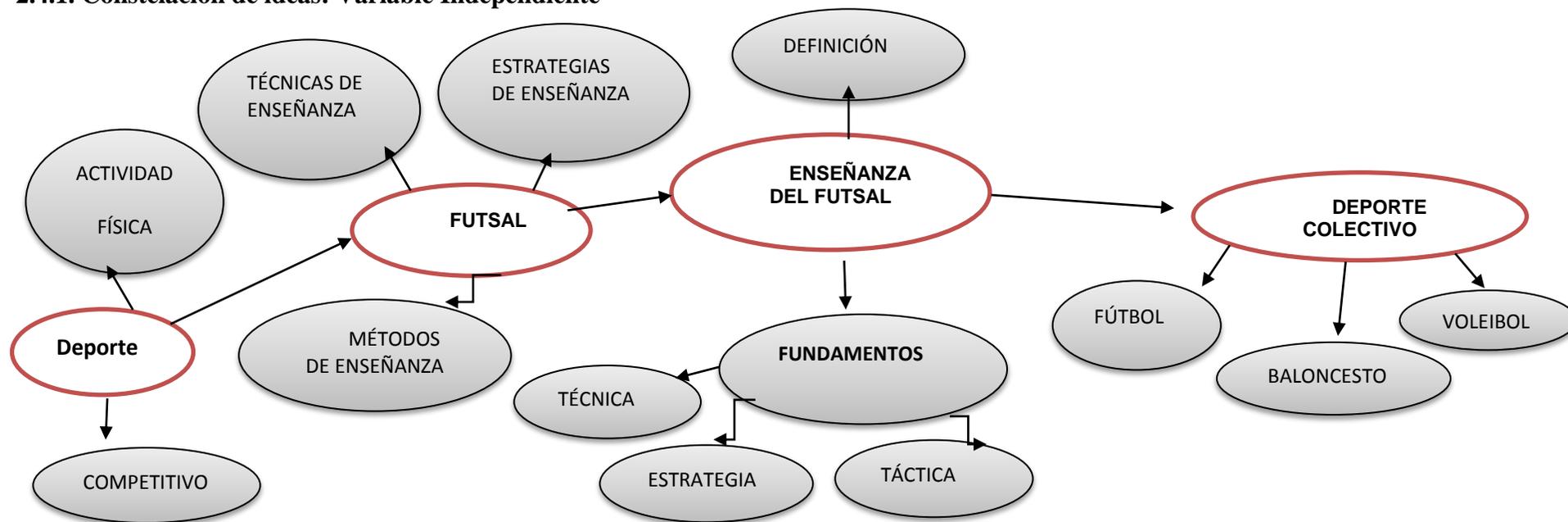


Gráfico 3: Constelación de Ideas V.I.
ELABORADO POR: BORJA, Diego (2016)

2.4.2 Constelación de Ideas: Variable Dependiente

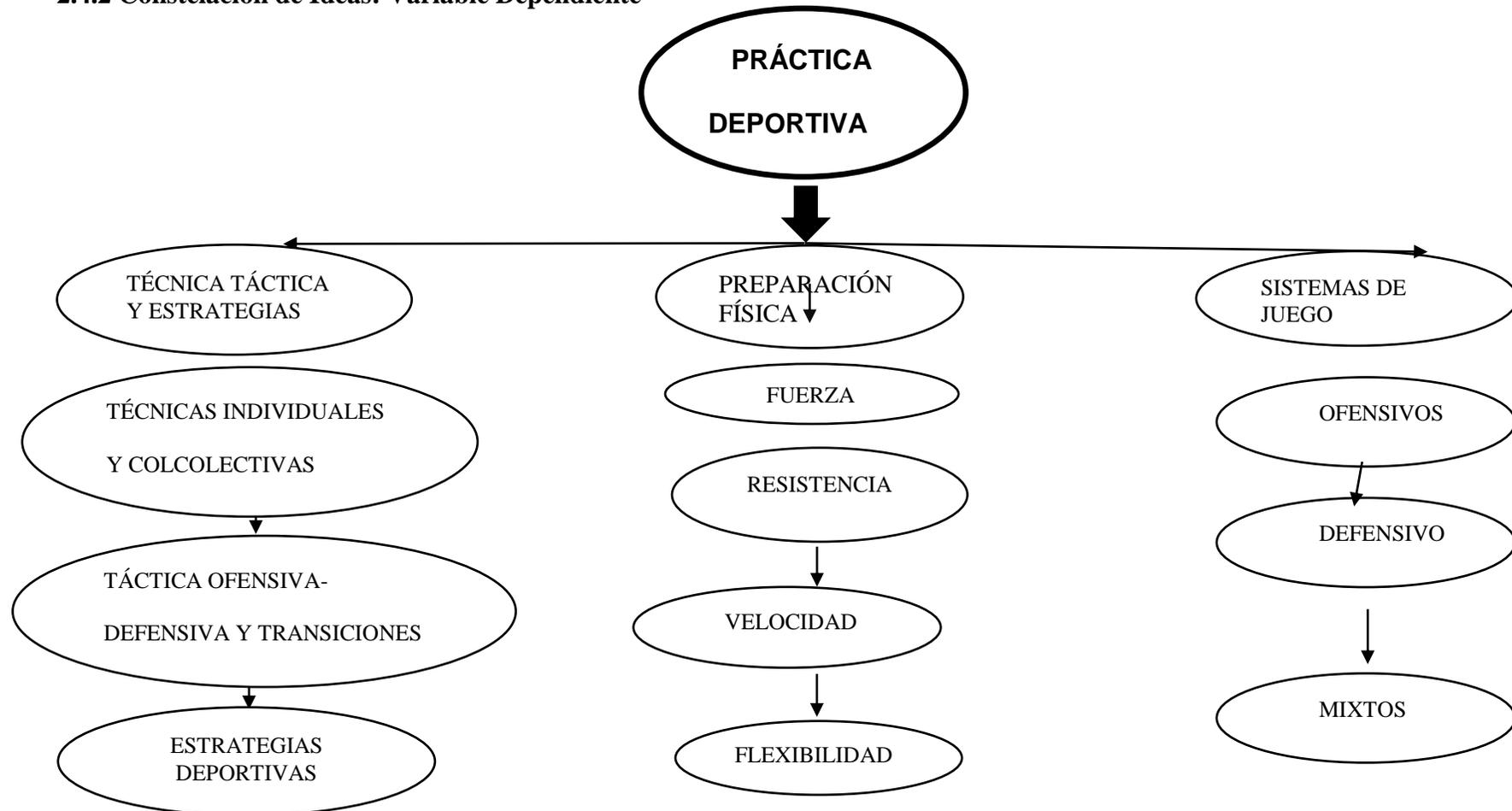


Grafico 4: Constelación de Ideas V.D.
ELABORADO POR: BORJA, Diego (2016)

2.5.1. CONCEPTUALIZACIÓN

2.5.1.1. VARIABLE INDEPENDIENTE

¿Qué es el deporte?

El **Deporte** es una **actividad física** reglamentada, normalmente de carácter **competitivo**, que puede mejorar la condición física y ocasionalmente psíquica de quien lo practica y tiene propiedades que lo diferencian del juego, se considera que «Todas las formas de actividades físicas, que mediante una participación organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición de todos los niveles» (Arroba, 2011, pág. 61)

De acuerdo con el Comité Olímpico Internacional, la práctica del deporte es un derecho humano, y uno de los principios fundamentales del Olimpismo es que «toda persona debe tener la posibilidad de practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y dentro del espíritu olímpico, que exige comprensión mutua, solidaridad y espíritu de amistad y de juego limpio».

Didáctica

“Es el campo disciplinar de la pedagogía que se ocupa de la sistematización e integración de los aspectos teóricos metodológicos del proceso de comunicación que tiene como propósito el enriquecimiento en la evolución del sujeto implicado en este proceso”. (COMENIO, 2000, pág. 15)

“El término Didáctica proviene del verbo "didaskhein, que significa enseñar, instruir, explicar. Es una disciplina pedagógica centrada en el estudio de los procesos de enseñanza aprendizaje, que pretende la formación y el desarrollo instructivo - formativo de los estudiantes.” (Arias, 2014, pág. 26)

Busca la reflexión y el análisis del proceso de enseñanza aprendizaje y de la docencia. En conjunto con la pedagogía busca la explicación y la mejora permanente de la educación y de los hechos educativos.

Ámbito

La didáctica se puede entender como pura técnica o ciencia aplicada y como teoría o ciencia básica de la instrucción, educación o formación. Los diferentes modelos didácticos pueden ser modelos teóricos (descriptivos, explicativos, predictivos) o modelos tecnológicos (prescriptivos, normativos).

Facilitar el aprendizaje de los estudiantes, además la didáctica requiere de unas habilidades de sus agentes. Habilidades que se acrecientan con la experiencia más o menos rutinaria.

La actuación docente puede ser innovadora, apoyada en procesos reflexivos. Dimensión tecnológica Los procesos didácticos son tecnológicos en el sentido de que están provistos de un soporte teórico científico, es decir: se basan en teorías, procesos ya comprobados y cuya validez consta. (Ausubel, 2007, pág. 69)

¿Qué es el futsal?

El fútbol sala, futsal, fútbol de salón, o microfútbol, es un deporte colectivo de pelota practicado entre dos equipos de 5 jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro. Surgió inspirado en otros deportes como el fútbol, que es la base del juego; el waterpolo; el voleibol; el balonmano y el baloncesto; tomando de estos no sólo parte de las reglas, sino también algunas técnicas de juego (García, 2013, pág. 29)

Futsal es:

El fútbol sala, fútbol de salón, futsal o microfútbol; es un deporte colectivo de pelota practicado entre dos equipos de 5 jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro. Surgió inspirado en otros deportes como el fútbol, que es la base del juego; el waterpolo; el voleibol; el balonmano y el baloncesto; tomando de estos no solo parte de las reglas, sino también algunas técnicas de juego.

Aunque inicialmente estuvo regido por la Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), hoy existen dos entes mundiales: la sucesora directa de la FIFUSA llamada Asociación Mundial de Futsal (AMF), y la FIFA.

Está regulado por dos entes rectores mundiales, la Asociación Mundial de Futsal (AMF) y la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA). Ésta última reserva el término "fútbol sala", sólo para las actividades realizadas bajo su supervisión y sus reglas.

Proceso de enseñanza del futsal**Definición:**

“La enseñanza es la acción y efecto de enseñar (instruir, adoctrinar y amaestrar con reglas o preceptos). Se trata del sistema y método de dar instrucción, formado por el conjunto de conocimientos, principios e ideas que se enseñan a alguien o a una sociedad.

La enseñanza implica la interacción de tres elementos: el profesor, docente o maestro; el alumno o estudiante; y el objeto de conocimiento. La tradición educativa hace que el profesor sea la fuente del conocimiento y el estudiante, un simple receptor ilimitado del mismo. Bajo esta concepción, el proceso de enseñanza es la transmisión de conocimientos del docente hacia el estudiante, a

través de diversos medios y técnicas”. (Bandura, *Aprendizaje Social*, 2009, pág. 37)

El enfoque tradicional se centra en progresiones de ejercicios, tanto en asimilación como de aplicación y en el desarrollo de las técnicas fundamentales del deporte antes de abordar los aspectos tácticos y de llevar al individuo a practicar el juego en situación real (se enfatiza el aprendizaje de la habilidad antes que la comprensión del juego). Es decir que desde este punto de vista el fútbol es la descomposición de destrezas o técnicas que deberán ser aprendidas por el principiante con un criterio de dificultad creciente. Desde este punto de vista podríamos vincular este enfoque con una técnica de enseñanza de Instrucción Directa. (Fonseca, G., 2011, pág. 45)

El enfoque alternativo tiene que ver con la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices jugadas vinculadas al contexto real del juego desde los primeros pasos en el deporte. Partiendo de la concepción que los mismos no son una suma de técnicas, sino como un sistema de relaciones donde lo más importante son los procesos que se proponen para aprender. Para este enfoque es importante que la práctica venga realizada en un contexto lo más parecido posible a la situación real del juego, de manera de poner en funcionamiento capacidades perspectivas y de toma de decisiones. Este tipo de enfoque se podría relacionar con las técnicas de enseñanza mediante búsqueda o indagación. (Fonseca, G., 2011, pág. 46)

Metodología de enseñanza.

“Un método de enseñanza es un conjunto de momentos y técnicas lógicamente coordinadas para dirigir el aprendizaje de alumno hacia determinados objetivos”. (Delgado, Álvaro, 2012, pág. 59).

Los métodos de enseñanza son las distintas secuencias de acciones del profesor que tienden a provocar determinadas acciones y modificaciones en los educandos en función del logro de los objetivos propuestos.

Para definir el método de enseñanza debemos tener presente que es:

La actividad de interrelación entre el profesor y el alumno destinada a alcanzar los objetivos del proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Un conjunto de procedimientos del trabajo docente.
- Una vía mediante la cual el profesor conduce a los alumnos del desconocimiento al conocimiento.
- Una forma del contenido de la enseñanza. (Vargas, 2009, pág. 56)

Un método de enseñanza se considera:

Métodos y técnicas que enseñanza: constituyen recursos necesarios de la enseñanza; son los vehículos de realización ordenada, metódica y adecuada de la misma. Los métodos y técnicas tienen por objeto hacer más eficiente la dirección del aprendizaje. Gracias a ellos, pueden ser elaborados los conocimientos, adquiridas las habilidades e incorporados con menor esfuerzo los ideales y actitudes que la escuela pretende proporcionar a sus alumnos. (Mijangos, 2013, pág. 63)

La metodología utilizada para la enseñanza-aprendizaje en los deportes colectivos en la Enseñanza educativa, ha ido cambiando conforme lo ha hecho la enseñanza de la iniciación deportiva. Se pasó de un enfoque tradicional en el que la enseñanza se basa en el producto y se enfatiza el aprendizaje de la habilidad (técnica) antes que la comprensión del juego, a un enfoque alternativo, basado en el proceso y que se fundamenta en la propuesta de experiencias motrices lúdicas, vinculadas al contexto real de juego desde el primer momento, con una aproximación comprensiva a los juegos deportivos (táctica). (Delgado, 2011, pág. 86)

Este estudio se ha realizado teniendo en cuenta la enseñanza aprendizaje del futsal, perteneciente a los deportes colectivos de invasión. Hernández indican que son deportes colectivos de cooperación y oposición de cancha común y participación simultánea, en donde la incertidumbre, estaría en la actuación de los compañeros y adversarios, permaneciendo el medio de forma estable. En el futsal, como deporte de equipo, se da un proceso organizado de cooperación, realizado por la coordinación de las acciones de los jugadores de un equipo desarrollado en condiciones de enfrentamiento con los adversarios, quiénes a su vez coordinan acciones con el fin de romper la comunicación-coordinación del otro equipo, intentando conseguir el objetivo del juego. (Hernandez, 2010, pág. 34).

TÉCNICA

"La técnica se define como la ejecución de movimientos estructurales que obedecen a una serie de patrones tempo-espaciales modelos, que garantizan la eficiencia".

Características de la técnica deportiva.

- Se determina a partir de la estructura funcional modelo.
- Solo puede ser aplicada por el atleta.
- La persona que la realiza se relaciona con factores tempo-espaciales.
- Tiene como finalidad la ejecución de estructuras funcionales.
- La evaluación se hace a partir de la cantidad de errores que se realicen en su ejecución con respecto a la estructura modelo.
- Exige de ejecuciones bajo determinado patrón estructural, a diferentes velocidades. (Bedolla, 2003, pág. 48)

Según la Real Federación Española de Fútbol Sala, técnica "es el gesto que ha de realizar el jugador, en cada una de las acciones que interviene en el desarrollo del juego". Esto abarca, tanto la defensa como el ataque, en posesión o no del balón.

Montero dice que son “todas las acciones o gestos que de forma precisa puede realizar un jugador con el balón”.

Joan Rivera, presenta tres aspectos importantes para la definición de técnica:

Ejecución. Es el planteamiento teórico que se basa en las posibilidades del equipo y que va a suponer el éxito o fracaso del grupo.

Interacción con la dimensión física del entorno. Un jugador debe adaptarse a las circunstancias del medio que le rodea como: la velocidad del balón, el contrario, los compañeros, las distancias y trayectorias.

Eficacia. Lo importante es que sea eficaz para el jugador.

Teniendo en cuenta estas tres características, se puede decir que, la definición de técnica sería “ejecución, que adaptándose a las características del entorno resulta eficaz para el fin que se persigue”.

Tipos de técnica

Hay que diferenciar principalmente dos aspectos

Técnica individual: es aquella que está relacionada con todos los gestos técnicos que puede aprender, desarrollar y perfeccionar de forma individual un jugador para su puesta en práctica.

Este tipo de técnica tiene mucha importancia y gran parte del trabajo que se realiza, se basa en adquirir automatismos necesarios para que posteriormente pueda ser eficaz en el juego. Hay que tener en cuenta que los automatismos se refieren a repeticiones técnicas pero nunca tácticas. (Beltran, 2011, pág. 73)

Técnica colectiva: Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada. Para ello, es necesario un entendimiento entre los

miembros del equipo desde la técnica individual propia de cada uno. Si el ámbito individual funciona bien en unos pero no en otros compañeros, estaremos dotando al juego de acciones inconexas y discontinuas faltas de sentido y coherencia. Por ello, la técnica se entrena de forma individual y grupal ya que los deportistas deben ajustar la suya a la táctica colectiva del equipo para que ambas sean eficaces y útiles para el equipo (Beltran, 2011, pág. 49).

Importancia de la técnica

La técnica es el aspecto más importante en el jugador de fútbol sala, porque de ella dependen el resto de las esferas, ya sea física, táctica, psicológica.... Por lo tanto, se puede decir que es imprescindible para que se pueda evolucionar como jugador.

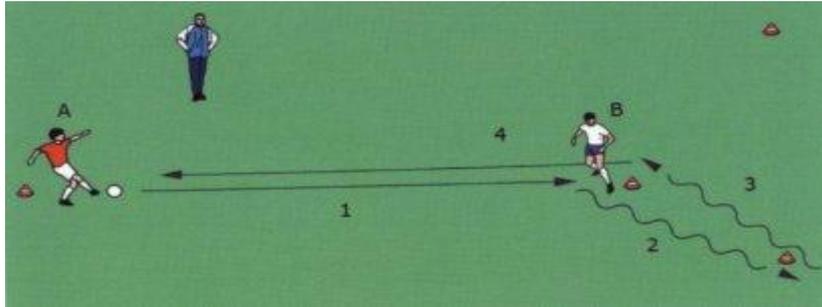
El jugador debe ir adquiriendo aprendizajes tácticos que dependen de las nociones técnicas que tenga ya aprendidas y si no las tiene bien asimiladas aparecerá un estancamiento en el proceso de aprendizaje. Las características del juego tienen la culpa de esta dependencia, la velocidad de las acciones, la rapidez de decisión obligan a tener un gran dominio de los gestos técnicos para hacer frente a las demandas que tiene el fútbol sala. (Alvarez, 2013, pág. 67)

Por esto, la técnica se trabaja desde las primeras etapas, el trabajo con niños se fundamenta en los gestos técnicos principales y el dominio del balón para ir desarrollando habilidades cada vez más complejas en función de objetivos tácticos y estratégicos.

FUNDAMENTOS DEL FÚTSAL

El Pase: Es la acción de entregar el balón a otro jugador, con la mayor precisión posible. Pueden ser cortos, medios o largos, en función de la distancia. Según su trayectoria, serán ascendentes, descendentes, parabólicos, o al ras de suelo; y según su dirección, variarán en profundidad, lateral, retrasados y en diagonal.

Ilustración 1: El Pase



Fuente: <http://1.bp.blogspot.com/-6EG>
 Elaborado por: Borja, Diego 2016

Conducción o dribling: Es un gesto básico e imprescindible para adquirir una buena técnica, ya que es la base para dominar el pase, la conducción y el tiro. Es necesario controlar la superficie de contacto con el balón, la suavidad del toque, la presión y el equilibrio de todo el cuerpo para conseguir la máxima eficacia.

Ilustración 2: Conducción o dribling



Fuente: <https://isbopa40.files.wordpress.com>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

El Regate: Se utiliza para superar a uno o varios adversarios sin perder el dominio del balón. El regate se puede realizar sin finta previa, con un cambio de ritmo brusco para desequilibrar al defensor y sortearlo sin que tenga tiempo para reaccionar, o bien, con finta previa, en el que el jugador que está en posesión del balón realiza el regate en función de la reacción que previamente tiene en la defensa.

Ilustración 3: El regate



Fuente: <http://futsaltactic.es>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

Tiro a portería: Se refiere a la acción de golpear el balón con cualquiera de las superficies de contacto permitida, en dirección al arco y con la finalidad de marcar un gol.

Ilustración 4: Tiro a portería



Fuente: <http://cdn.thinglink.com>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

Se puede tirar de diferentes formas: Punta: Se usa para tirar con la máxima potencia o para hacer vaselinas. Interior: Se usa para ajustar más el balón al lugar que quieres que vaya, de esta manera el tiro no irá tan rápido que cuando tiras de punta. Empeine:

Se realiza con la parte anterior del pie. Tacón: Se usa para sorprender al portero. Se debe de tirar a distancias próximas, porque si tiras de una distancia lejana es

difícil llegar. Cabeza: Se realiza generalmente cuando el balón se aproxima a una altura en la cual un contacto con el pie o pierna no es posible.

La Recepción del balón: Es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior.

La recepción en parada es aquella en la que se consigue controlar totalmente el balón en los pies, perdiendo el componente de velocidad pero aumentando la precisión en el manejo posterior del esférico.

La recepción en semiparada: Para conseguir que el balón pierda parte de su valor inicial; la recepción de amortiguamiento, para controlar balones aéreos con trayectoria descendente, y se produce una amortiguación de la aceleración con el que se llega la pelota.

Ilustración 5: La Recepción en semiparada



Fuente: <http://www.monografias.com>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

El control del balón puede ser al ras de suelo, o bien con la cara interna de la bota, o con la planta del pie, con la punta hacia arriba y encajando la pelota entre la planta y el suelo. En los balones altos, se debe conseguir llevar el balón al suelo con posibilidades de ser jugado adecuadamente.

Las Fintas: Sirven para engañar a los adversarios ya sea de chut, pase o de conducción. Lo suelen utilizar las defensas.

Ilustración 6: Las Fintas



Fuente: <http://3.bp.blogspot.com/-UMp1USd5uIo/T5HEFg4hVFI/>.

Elaborado por: Borja, Diego 2016

El drible o regate: Es la acción de evitar la entrada de un adversario y mantener la posesión de la pelota. Existen varios tipos de drible o regate como el de protección (acción de interponer el cuerpo entre la pelota y el oponente), el recorte (cambiar la pelota de una pierna a otra amagando el pase o tiro a puerta), el rastrillo (cambio de dirección de la pelota con la planta del pie), la bicicleta (pasar los pies alternadamente por encima de la pelota en movimiento o posición) entre otros.

2.5.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

TECNICA TACTICA Y ESTRATEGIA

Uno de los más importantes objetivos que persigue todo entrenador de alguno de los deportes perteneciente a los grupos de Combate o Juego Deportivo, es conseguir un elevado desarrollo del pensamiento táctico de sus practicantes, ya que en la mayoría de los casos, no gana el competidor que posea mayor resistencia, fuerza, rapidez o movilidad articular, como tampoco quien sea capaz de realizar la mejor ejecución técnica desde el punto de vista biomecánico, sino el deportista que sea capaz de **percibir** las disímiles y variadas situaciones que se presentan durante el partido, las **analice** correctamente, y se **ejecute** la técnica

táctica y estrategia apropiado, valorando su propia condición con relación a la de su contrario.

1. Tácticas y estrategias del fútbol sala: Álvaro Medina

Tácticas: Es la ejecución de una o varias acciones técnicas individuales o colectivas para responder a una situación problemática que se presenta durante el juego, y se pueden clasificar de acuerdo a la intencionalidad del equipo en ofensiva (intención de anotar gol) y defensiva (impedir la anotación de gol).

Tipos:

Táctica defensiva: Se hace todo lo posible por defender fuera del área evitando que el equipo contrario anote goles o puntos a favor.

Táctica ofensiva: Son las acciones en las cuales dos equipos se enfrentan con el propósito de anotar gol en la portería contraria.

Transiciones: Son los pasos de ataque-defensa y/o defensa-ataque. A estos últimos también se les llama contragolpes o contra-ataques. En esta situación el equipo defensor sale al ataque y el equipo anteriormente atacante rápidamente se pone a la defensa para intentar que el equipo rival no anote un gol.

Sistemas de juego. Es la disposición de los jugadores en el terreno de juego ya sea para llegar a la portería del contrario o para defender la propia; existen cuatro sistemas de juego básicos que son:

- 1-2-2: Un portero, dos jugadores en el fondo y dos en la parte delantera.
- 1-3-1: Un portero, 3 jugadores en el fondo y uno en la parte delantera.
- 1-0-4: Un portero, cuatro jugadores en el fondo; sistema netamente ofensivo.
- 1-1-2-1: Llamado «el rombo» por su forma un portero, un defensa y dos aleros o laterales; van colocados raya a raya y un delantero en el medio esa zona es defensiva.

PREPARACIÓN FÍSICA

Concepto.

La preparación física general es una técnica imprescindible y común antes de la práctica de cualquier actividad deportiva. El desarrollo e intensidad de la misma dependerá del tipo de deporte a practicar, la intensidad del mismo, las condiciones ambientales y del grado de preparación de cada deportista. (COMETTI, 2004)

Si se desea obtener el máximo de respuesta del organismo al esfuerzo al que lo quiere someter se necesita previamente una adaptación del mismo, poniendo en marcha una serie de mecanismos para adecuar el sistema cardiaco, muscular, circulatorio, nervioso y respiratorio a las crecientes demandas a las que los vamos a someter para que respondan con su máxima eficacia.

Efectos y beneficios de una correcta preparación física general:

- ✓ Sobre la capacidad contráctil muscular.
- ✓ A nivel psicomotriz
- ✓ Como prevención de lesiones.

El propósito esencial de la preparación física general es el de aunar y coordinar todas las funciones para prevenir posibles fracturas o problemas musculares.

La preparación física general es una actividad personal que se debe adaptar a las necesidades y nunca se debe copiar o imitar preparaciones físicas generales de otros. Se debe comenzar a preparar zonas que hayan podido tener problemas en el pasado para que no se resientan. (B

La preparación física general predispone al cuerpo para que pueda ejercitarse en el máximo de sus posibilidades. El desarrollo de la preparación física general debe ser paulatino y con una progresión en ascenso.

La preparación física general de cada una de las modalidades deportivas se ejecuta realizando movimientos técnicos (especiales de dicha especialidad). Se debe realizar después de una preparación física general genérica.

En una competición se debe iniciar la preparación física general específica unos 15 minutos antes del comienzo de esta y acabar unos 4 minutos antes de la competición con la intención de recuperar el desgaste energético producido. Estos minutos deben aprovechar para concentrarse.

Los volúmenes de trabajo de una preparación física general deben empezar en un 50% y acabar con un 90%. En ningún caso se debe llegar a crear una falta de oxigenación muscular.

Será una buena costumbre acabar la preparación física general con una serie de ejercicios de estiramiento.

La Preparación Física constituye la base fundamental en la preparación y desarrollo de todo sujeto, en cualquiera de las Disciplinas deportivas, pues de ella dependen en gran medida los futuros resultados y el nivel que alcanzarán los mismos en su vida en cualesquiera de las esferas profesionales en que se desarrolle.

La Preparación Física, posee tres clasificaciones (Platonov, 1995), general, auxiliar y especial o específica, las cuales al margen de sus objetivos y tareas específicas, en su conjunto se orientan hacia las necesidades y/o requerimientos del deporte que se practica. (PLATONOV, 1988)

La Preparación Física, es uno de los componentes más importantes para el Entrenamiento Deportivo, debido al alto grado de implicación que tiene la misma en el logro de óptimos rendimientos competitivos.

Clasificación

Capacidades físicas condicionales:

Flexibilidad: permite el máximo recorrido de las articulaciones gracias a la elasticidad y extensibilidad de los músculos que se insertan alrededor de cada una

de ellas. Es una capacidad física que se pierde con el crecimiento. La flexibilidad de la musculatura empieza a decrecer a partir de los 9 o 10 años si no se trabaja sobre ella; por eso la flexibilidad forma parte del currículo de la Educación Física, ya que si no fuera así supondría para los alumnos una pérdida más rápida de esta cualidad.

COMO SE DESARROLLA LA FLEXIBILIDAD

Consideraciones generales:

Muchas veces se piensa que el trabajo de la flexibilidad no es importante, pero nada más lejos de la realidad, ya que su desarrollo sirve de protección a las lesiones musculares y mejora la calidad de vida.

Ilustración 7: Flexibilidad



Fuente: www.vitonica.com

Elaborado por: Borja, Diego 2016

- Antes del trabajo de flexibilidad es conveniente calentar suavemente.
- Trabajar con cierta regularidad, frecuencia y poca cantidad.
- Ejecutar los primeros ejercicios suavemente y de forma relajada.
- Las mejoras son lentas pues es una capacidad involutiva (que se pierde con el transcurso de los años), a menos que la trabajemos adecuadamente.
- El entrenamiento de la flexibilidad ha de implicar todos los grupos musculares y ha de llevarse a cabo, si es posible, al final de la sesión además de al inicio de la misma, tanto para prevenir lesiones como para recuperar mejor.

MÉTODOS Y MEDIOS UTILIZADOS EN EL TRABAJO DE LA FLEXIBILIDAD

Entre los métodos más importantes para el desarrollo de la flexibilidad vamos a destacar:

1. Métodos Dinámicos

Consiste en alcanzar un punto máximo de estiramiento muscular mediante contracciones musculares rápidas o explosivas continuas. Los ejercicios deben en series de repeticiones, aumentando gradualmente la amplitud de movimiento hasta alcanzar el máximo. Un calentamiento previo evitara la aparición de lesiones musculares. Generalmente deben realizarse entre 8-12 repeticiones de forma ininterrumpida. Se pueden realizar diferentes series, pero cuando la amplitud de movimiento se ve reducida es conveniente abandonar.

Dinámicos activos: el ejercicio es realizado por la propia acción muscular, mediante la cual se buscan alcanzar amplitudes máximas. Para ello se utilizan ejercicios de flexión, extensión, abducción, rotación, circunducción mediante: rebotes (movimientos cortos e insistentes) y lanzamientos (movimientos amplios continuos).

Dinámicos pasivos: En estos ejercicios se aplican fuerzas adicionales (compañero, propio peso u otros implementos) a la propia fuerza muscular para aumentar la amplitud de movimiento. En forma de rebotes o lanzamientos.

2. Estiramientos (método estático)

Realizados por la participación de la propia fuerza muscular o con ayuda externa (un compañero). Se lleva el músculo a una posición extrema que se mantiene entre 10-30 segundos (se puede llegar hasta el minuto). Se recupera aproximadamente el mismo tiempo y se vuelve a repetir (3-4 veces).

3. Stretching de Bob Anderson:

Consiste en alcanzar una posición de estiramiento fácil, y mantener entre 10-30 segundos, para después forzar la posición hasta un estiramiento avanzado y mantener entre 10-30 segundos. El verdadero incremento o mejora de la movilidad articular se obtiene en esta fase. Nunca se debe llegar al dolor.

4. La Facilitación Neuromuscular Propioceptiva (PNF)

Para una aplicación correcta de este método se debe hacer con la ayuda de un compañero, utilizando estiramientos activos y pasivos.

Ilustración 8: Facilitación Neuromuscular



Fuente: www.vitonica.com

Este método se aplica en tres fases:

- 1.- Movimiento pasivo forzado:** llevar con la ayuda del compañero, la articulación hasta el actual límite articular no doloroso. En esta posición relajarse y no realizar ninguna contracción muscular.
- 2.- Movimiento activo resistido:** tensar el músculo estirado con la mayor intensidad posible contra la oposición del compañero (contracción isométrica). Duración entre 6-20 segundos.

3.- Movimiento pasivo forzado: conducir lentamente la articulación hasta el nuevo límite articular, con la ayuda de un compañero, sin que el deportista haga fuerza.

La Fuerza: consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia, es una capacidad fácil de mejorar. Hay distintas manifestaciones de la fuerza: si hacemos fuerza empujando contra un muro no lo desplazaremos, pero nuestros músculos actúan y consumen energía. A esto se le llama Isométrica. Con este tipo de trabajo nuestras masas musculares se contornean porque se contraen y la consecuencia es que aumenta lo que llamamos “tono muscular”, que es la fuerza del músculo en reposo. Si en vez de un muro empujamos a un compañero, sí que lo desplazaremos y se produce una contracción de las masas musculares que accionan a tal fin. A este trabajo se le llama Isotónico.

La Fuerza es la capacidad neuromuscular de superar resistencias externas o internas, gracias a la contracción muscular, de forma estática o dinámica, según está definición, se desprende que en todas las actividades motrices y en especial las deportivas se requieren ciertos niveles de fuerza y que a diferentes acciones motrices, diferentes contracciones musculares y por lo tanto, diferentes tipos de fuerza.

Lo expresado anteriormente nos lleva a un segundo aspecto que debemos destacar, los tipos de fuerza, de forma resumida podemos hablar de la fuerza estática y de la dinámica o también denominadas isométrica e isotónica (esta última puede ser concéntrica y / o excéntrica), dentro de este segundo grupo (isotónica) encontramos diversas manifestaciones, las más conocidas y utilizadas son las siguientes: fuerza máxima, fuerza explosiva, fuerza rápida o veloz y la fuerza resistencia.

Centrado el contenido de este artículo entramos de lleno en la exposición de forma más profunda sobre el desarrollo y mejora de la fuerza explosiva y fuerza rápida a través del trabajo de Multisaltos combinado con acciones técnicas, dando un repaso a la evolución de la fuerza en sus etapas más significativas y un análisis del propio medio de entrenamiento.

Para ilustrar este artículo de la forma más práctica posible, se han elaborado a modo de ejemplo, una serie de ejercicios que pueden servir de guía para una mayor comprensión del mismo.

Evolución de la fuerza

Centraremos este apartado en la evolución de la fuerza rápida y la fuerza explosiva a través de las diferentes etapas evolutivas. Desde los 6 hasta los 10 años no se destacan valores significativos de fuerza, ya que la evolución de los grupos musculares, en general, es irregular. Autores como Nadori (1987), exponen que la fuerza rápida puede iniciarse a partir de los 8 años con poca sobrecarga (volumen) y alta velocidad de ejecución (intensidad), esta afirmación depende de dos factores, del desarrollo de la capacidad de contracción de las fibras musculares y de la madurez del sistema nervioso del individuo a esa edad.

Cratty (1983), destaca que el máximo desarrollo de fuerza en saltos rítmicos combinados y sobre una misma pierna se encuentra entre los 7-8 años en chicas y los 9-10 años en chicos. Debemos pensar que estas edades los saltos son utilizados en diversas manifestaciones naturales propias de la edad, desde juegos naturales y dirigidos, hasta deportes colectivos e individuales donde entren en acción carreras, carreras y paradas, equilibrios, etc., por lo que no es fundamentalmente necesario a estas edades programar sesiones específicas de multisaltos, ya que las propias acciones del juego y el deporte comportaran un buen número mínimo de saltos por sesión de entrenamiento, a no ser que el objetivo a trabajar sea la coordinación dinámica general utilizando este medio como.

A partir de los 10 años hasta los 12, aumenta en especial la fuerza rápida y sigue su evolución hasta los 14 años de forma conjunta con la fuerza explosiva, periodo en el cual empieza a tener un peso específico el valor de la fuerza muscular (cuadro 1). En esta franja de edad ya podemos empezar a programar sesiones donde los multisaltos tengan un cierto peso específico dentro del entrenamiento.

Se debe destacar que las chicas a los 11-12 años tienen más fuerza que los chicos, esto sucede por el incremento de su madurez sexual y la acción de las hormonas anabolizantes, alcanzando los chicos estos valores entre los 13-14 años, a partir de esta etapa hay una notable diferencia a favor de los hombres que una vez completada en edades adultas puede oscilar entre un 35-40% (valores absolutos) de fuerza en más con respecto a la mujer.

A partir de los 16-17 años y hasta los 19 el crecimiento muscular se completa siendo una etapa importante para el desarrollo y mejora de todos los tipos de fuerza. A partir de los 20 años y hasta los 25 se mantienen los niveles máximos totales de fuerza disponible de cada jugador, a partir de esta edad y hasta los 35 años disminuye progresivamente entre un 10 y un 15% del máximo total.

La resistencia: es la capacidad de repetir y sostener durante largo tiempo un esfuerzo de intensidad bastante elevada y localizada en algunos grupos musculares.

Depende en gran parte de la fuerza de los músculos, pero también del hábito de los grupos musculares usados prosiguiendo sus contracciones en un estado próximo a la asfixia, pero sin alcanzar un estado tetánico. En esta forma de esfuerzo, la aportación del oxígeno necesario a los músculos es insuficiente. No pueden prolongar su trabajo si no neutralizan los residuos de las reacciones químicas de la contracción muscular.

El organismo se adapta a la naturaleza del trabajo gracias a la producción de sustancias que impiden los excesos de ácidos y mediante el aumento de sus reservas energéticas.

Métodos para el desarrollo de la resistencia

Consideraciones generales:

Antes de pasar a describir los principales métodos de entrenamiento de la resistencia vamos a dar una serie de consideraciones o consejos de tipo general:

- Los descansos deben ser extensos.
- Al principio se aumentará el volumen (tiempo o cantidad de Km.) y después la intensidad (velocidad).
- Para el entrenamiento de resistencia la dieta será más rica en hidratos de carbono.
- Es preferible entrenar en terrenos naturales y blandos como césped, arena...
- La frecuencia cardiaca (para la resistencia aeróbica) estará entre 120 y 140 pulsaciones/minuto (p/min.) en jóvenes y adultos pues los niños suelen alcanzar una frecuencia más alta (Importancia del control de la frecuencia cardiaca)
- "El mejor y más adecuado ejercicio para desarrollar la resistencia es la carrera" (Hernández, 1981).

MÉTODOS Y MEDIOS UTILIZADOS EN EL TRABAJO DE LA RESISTENCIA

La resistencia es la capacidad donde más fácil resulta encuadrar los métodos utilizados para su desarrollo. Para el desarrollo de la resistencia se valoran diferentes sistemas:

1. Sistemas continuos. El estímulo de carga es ininterrumpido.

2. Sistemas fraccionados. La carga es dividida en varios estímulos sucesivos con pausas intermedias. Estos a su vez se pueden dividir en otros dos tipos:

- **Interválicos:** pausa incompleta.
- **Repeticiones:** pausas completas o casi completas entre estímulos.

A continuación, se describe más detalladamente los métodos utilizados por cada uno de los sistemas explicados:

Métodos continuos:

1. Método de carrera continúa.

Es quizás el método más utilizado para desarrollar la resistencia general o aeróbica por su eficacia y sencillez. Se recorren grandes distancias según la edad y el grado de entrenamiento, tratando de no sobrepasar las 150 p/m. El único problema que presenta, es su monotonía.

- Intensidad ligera: 30 - 60%.
- Ritmo constante de ejecución.
- Frecuencia cardiaca: 140 - 150 pulsaciones por minuto (p/m).
- Volumen: depende del deporte, del individuo y del periodo de entrenamiento.

2. Fartlek

Método para desarrollar la resistencia aeróbica y anaeróbica dependiendo de la intensidad del esfuerzo, es un juego de ritmos diferentes, Tiene intensidad variada, alternando las distancias y los ritmos sobre un terreno también variado. Generalmente se recorren de 1.000 a 3.000 metros, intercalando diferentes intensidades.

Lo ideal es que se realice en terreno boscoso con desniveles no demasiado pronunciados y que sea la apetencia para correr del propio sujeto y los desniveles del terreno los que marquen la duración y los cambios de ritmo respectivamente.

3. Entrenamiento total.

Este consiste básicamente en:

- Carrera continúa a ritmo moderado.
- Cambios de ritmo.
- Ejercicios diversos, para desarrollar diferentes habilidades.

En resumen podemos decir que es una mezcla de carrera continua, fartlek y ejercicios. Este método nos vale para desarrollar también la fuerza, resistencia explosiva, dependiendo de los ejercicios que se desarrollen.

Métodos fraccionados.

De los métodos fraccionados se valora en el más importante:

4. Intervalo Training.

Actividad fraccionaria en la cual los efectos se producen durante la recuperación y no durante los esfuerzos. Consiste en repeticiones de esfuerzos de intensidad submáxima, entre el 75 y el 90% de las posibilidades del sujeto, separadas por pausas de descanso incompletas. Para empezar una nueva repetición, la persona debe hallarse entre 120 - 140 p/min. Desarrolla la resistencia aeróbica y anaeróbica según la variante que se utilice.

Tabla 1: Intervalo Training

INTERVAL	Trabajo	Recuperación
Muy corto	10 - 15 seg.	5 - 15 seg.
Corto	15 - 30 seg.	1 min. a 1,30 min.
Medio	30 seg. a 2 min.	1,30 a 2 min.
Largo	2 - 10 min.	2 a 4 min.

La velocidad:

Es la capacidad de realizar uno o varios gestos, de recorrer una cierta distancia en un mínimo de tiempo. La velocidad es la capacidad de efectuar acciones o movimientos en el menor tiempo posible.

Los factores que determinan la velocidad son de orden diferente:

Muscular, en relación con el estado de la fibra muscular, su tonicidad y elasticidad, etc., o sea, la constitución íntima del músculo.

Nervio, se refiere al tiempo de reacción de la fibra muscular a la excitación nerviosa.

La coordinación más o menos intensa de una persona es un factor importante para su velocidad de ejecución.

Tipos de velocidad:

La velocidad se manifiesta de diversas maneras:

- Velocidad de reacción.
- Velocidad gestual.
- Velocidad de desplazamiento.
- Resistencia a la velocidad.

Velocidad de reacción: es la capacidad de responder a un estímulo en el menor tiempo posible.

Depende del sistema nervioso central (velocidad de conducción de las fibras) y también del estímulo y su complejidad. En gran medida es una aptitud natural y aunque se entrena, su desarrollo es mínimo a lo largo de la vida de un deportista. Esta capacidad se debe activar en edades tempranas entre los 8 y 10 años.

Velocidad gestual: es la capacidad de realizar un movimiento acíclico (por ejemplo: un disparo o chute a portería) en el menor tiempo posible. Esta capacidad está ligada a la contracción muscular y a la estructura bioquímica del sistema neuromuscular, que determina la velocidad de conducción nerviosa de las

fibras musculares. Su entrenamiento se debe realizar desde los 6 años hasta la pubertad.

Velocidad de desplazamiento: es la capacidad de realizar una serie de movimientos o acciones más o menos complejas de forma cíclica (por ejemplo: conducción de balón durante 10 metros) en el menor tiempo posible. Fundamentalmente se debe entrenar entre los 8 y 12 años ya que a los 15-16 años se estabiliza, incluso puede disminuir.

Resistencia a la velocidad: es la capacidad de mantener la máxima velocidad alcanzada durante el mayor tiempo posible. Este tipo de velocidad no es frecuente en el fútbol-sala, ya que se manifiesta a partir de los 80 metros. Trabajarla a partir de los 16 años, no antes.

Evolución

Se produce un aumento continuado desde los 6 años hasta los 12. A los 19 se llega al 95% de la máxima velocidad, siendo entre los 20 y los 23 años su nivel máximo, a partir de los 24-25 disminuye paulatinamente.

Ejemplos y sistemas de entrenamiento.

Velocidad de reacción.

- Reaccionar a una finta provocada por un contrario.
- Reaccionar al pase de un compañero para buscar una posición de ventaja.

Ejercicios tipo.

A la señal, silbato (auditiva), pañuelo, mano, (visual), tocar la pierna, (tacto)... reaccionar y correr lo más rápido 5 metros. La salida debe efectuarse lo más rápida posible e ir cambiando los ejercicios, boca abajo, de lado, sentados, de pie...el recorrido también debe cambiarse, hacia delante, atrás, adelante-atrás...

Velocidad gestual.

- Disparo a portería.
- Pase a un compañero
- Chute de penalti.

Ejercicios tipo.

- Trote suave 5 metros, finta a un cono o compañero lo más rápido posible y volver al trote 5 metros.
- Chute 10 metros.

Velocidad de desplazamiento.

- Conducción de balón.
- Desmarcarse.
- Marcar.

Ejercicios tipo.

- Conducción de balón en slalom (entre conos) 20 metros.
- Correr 20 metros al 100%.
- Relevos a medio campo sin balón, con balón.

Resistencia a la velocidad.

Si se diera el caso, todos aquellos esfuerzos continuos e intensos propios del fútbol-sala, como defender y atacar que tengan una duración superior a los 20" segundos y que sólo un jugador sea el protagonista.

Ejercicios tipo.

- Recorrer una distancia de 80 metros al 100%.
- Mismo ejercicio anterior pero conduciendo el balón.

Ejercicios prácticos.

A la señal del silbato del entrenador, los jugadores con un balón, sentados mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible conduciendo el balón hacía la meta, situada a mitad del campo. Realizar el

ejercicio 5 x 20 m. al 100% recuperación 1 minuto entre repeticiones realizando ejercicios de stretching.

Desarrollo.

Estas cualidades físicas están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente o en su actividad deportiva, en conjunto determinan la condición física de un individuo.

Educación Física

Definición.-

La educación física es la disciplina que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo. Desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. (Blasquez, 2011, pág. 23)

De igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.

Para el logro de estas metas se vale de ciertas fuentes y medios que, dependiendo de su enfoque, ha variado su concepción y énfasis con el tiempo. Sin embargo, lo que es incuestionable, son las aportaciones que la práctica de la educación física ofrece a la sociedad: contribuye al cuidado y preservación de la salud, al fomento de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, la ocupación del tiempo libre, impulsa una vida activa en contra del sedentarismo.

Los medios utilizados son el juego motor, la iniciación deportiva, el deporte educativo, la recreación, etc. La tendencia actual en educación física es el

desarrollo de Competencia que permita la mejor adaptabilidad posible a situaciones cambiantes en el medio y la realidad. (CAILLY, 2011, pág. 37)

Educación Física es:

La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología. (Arroba, 2011, pág. 28)

SISTEMAS DE JUEGO.

El futsal es un deporte muy conocido y practicado hoy en día. Esta actividad se practica cada vez más debido a que es más fácil encontrar a diez personas en vez de veinte y dos. Sin embargo, jugar a futsal no es mucho más sencillo que jugar a fútbol.

Los jugadores han de estar en buena forma física y a la vez han de ser capaces de elaborar una estrategia técnica concreta, además de llevar las zapatillas de futsal adecuadas. Planificar el ataque y la defensa y estudiar al rival es algo importante si se quiere triunfar en este deporte.

Pero hay que idear buenos esquemas para poder llevarse la victoria. Existen varios sistemas que permiten visualizar cuál es el papel de cada jugador en la pista.

El más practicado en los niveles de iniciación es el 2 – 2. Esto es así porque es muy fácil de comprender y no exige una gran condición física. La razón de que no se utilice en categorías superiores es que deja mucho espacio fuera de la estrategia y estos huecos pueden hacer que, si el rival no está usando la misma táctica que nosotros, llegue más fácilmente a portería.

El sistema más utilizado por su efectividad es el 3 – 1. Permite tener controlado el medio campo y observar al rival. Además, conseguiremos una mayor posesión de balón. Eso sí, para llevar a cabo esta organización del juego los jugadores tienen que estar en una condición física muy buena porque supondrá un gran desgaste para ellos.

Tras haber hablado de los sistemas de fútbol sala hay que mencionar también los tipos de los sistemas de ataque y de defensa empleados en este juego.

Como sistemas de ataque se puede utilizar:

El ataque directo:

Basado en buscar la profundidad y un acercamiento rápido a la portería rival.



<http://t1.uccdn.com/images.jpg>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

El contraataque:

Sistema de ataque a través de jugadas rápidas en las que se roba el balón y se aprovecha la indefensión del contrario para llegar a su área y buscar el gol.

Ilustración 9: El Contraataque

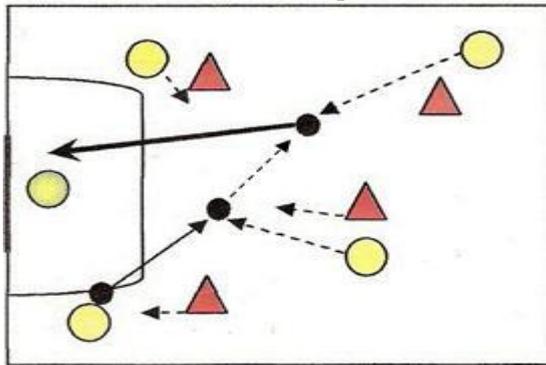


Fuente: <https://cofutsal.files.wordpress.com/2013/01/reajuste1.png>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

El ataque rotacional:

Ilustración 10: Ataque Rotacional



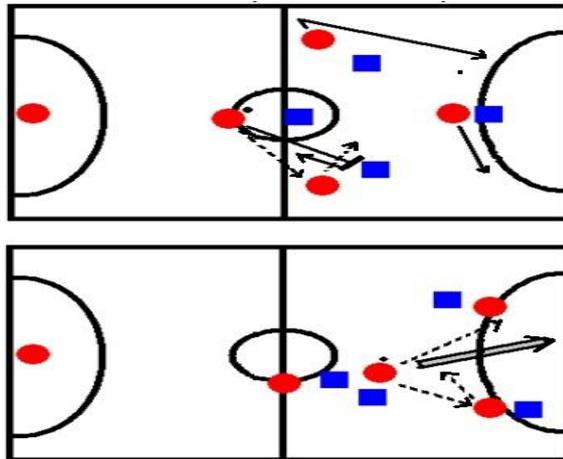
Fuente: <http://www.efdeportes.com/>

Elaborado por: Borja, Diego 2016

El más efectivo porque los jugadores intercambian sus posiciones hasta llegar a la meta contraria. Si se utiliza este sistema es fundamental no descuidar la defensa.

El ataque estático: el más simple y requiere de jugadas de estrategia porque también es el más sencillo de marcar.

Ilustración 11: Ataque Estatico



Fuente: <http://4.bp.blogspot.com/-P2i5XcGp-zw/>
Elaborado por: Borja, Diego 2016

En cuanto a los sistemas de defensa se trata de tres: individual, zonal o mixto. Un marcaje individual u "hombre a hombre" es muy efectivo pero aumenta el número de faltas y deja muchos huecos por donde el contrario puede jugar.

Estrategias deportivas

Las estrategias de aprendizaje, para Chávez (2003), son el conjunto de actividades, técnicas y medios que se planifican de acuerdo con las necesidades de la población, a la cual van dirigidas los objetivos que persiguen y la naturaleza de las áreas y cursos, todo esto con la finalidad de hacer más efectivo el proceso de aprendizaje. De igual forma, Díaz y Hernández (1999) las definen como, "las estrategias metodológicas, técnicas de aprendizaje andrológico y recursos varían de acuerdo con los objetivos y contenidos del estudio y aprendizaje de la formación previa de los participantes, posibilidades, capacidades y limitaciones personales de cada quien" (p. 13). Es relevante mencionar que las estrategias de aprendizaje van conjuntamente con los contenidos, objetivos y la evaluación de los aprendizajes, componentes fundamentales del proceso de aprendizaje.

Siguiendo con esta analogía, se puede explicar qué es y qué supone la utilización de estrategias de aprendizaje, a partir de la distinción entre técnicas y estrategias: Técnicas: actividades específicas que llevan a cabo los alumnos cuando aprenden, repetición, subrayar, esquemas, realizar preguntas, deducir, inducir, etc. Pueden ser utilizadas de forma mecánica. Estrategia: se considera una guía de las acciones que hay que seguir. Por tanto, son siempre conscientes e intencionales, dirigidas a un objetivo relacionado con el aprendizaje.

Clasificación de las estrategias de aprendizaje en el ámbito académico

De la Torre (1991), citado por Betancourt (2005), afirma que se han identificado cinco tipos de estrategias generales en el ámbito educativo. Las tres primeras ayudan al educando a elaborar y organizar los contenidos para que resulte más fácil el aprendizaje (procesar la información), la cuarta está destinada a controlar la actividad mental del estudiante para dirigir el aprendizaje y, por último, la quinta está de apoyo al aprendizaje, para que éste se produzca en las mejores condiciones posibles.

Estrategias de planificación: son aquellas mediante las cuales los estudiantes dirigen y controlan su conducta. Son, por tanto, anteriores a que los escolares realicen ninguna acción. Se llevan a cabo actividades como:

- Establecer el objetivo y la meta de aprendizaje.
- Seleccionar los conocimientos previos que son necesarios para llevarla a cabo.
- Descomponer la tarea en pasos sucesivos.
- Programar un calendario de ejecución.
- Prever el tiempo que se necesita para realizar esa tarea, los recursos que se necesitan, el esfuerzo necesario.
- Seleccionar la estrategia a seguir.

Estrategias Regulación, Dirección y Supervisión: se utilizan durante la ejecución de la tarea. Indican la capacidad que el educando tiene para seguir el plan trazado y comprobar su eficacia. Se realizan actividades como:

- Formularles preguntas.
- Seguir el plan trazado.
- Ajustar el tiempo y el esfuerzo requerido por la tarea.
- Modificar y buscar estrategias alternativas, en el caso de que las seleccionadas anteriormente no sean eficaces.
- Estrategias de evaluación: son las encargadas de verificar el proceso de aprendizaje. Se llevan a cabo durante y al final del proceso. Se realizan actividades como:

Revisar los pasos dados.

Valorar si se han conseguido o no los objetivos propuestos.

Evaluar la calidad de los resultados finales.

Estrategias de apoyo o afectivas: estas estrategias no se dirigen directamente al aprendizaje de los contenidos. La misión fundamental de estas estrategias es mejorar la eficacia del aprendizaje, mejorando las condiciones en las que se produce. Incluyen: Establecer y mantener la motivación, enfocar la atención, mantener la concentración, manejar la ansiedad, manejar el tiempo de manera efectiva, etc.

La orientación de las estrategias de aprendizaje

Muchas veces la mayoría de las personas que se ocupan de la educación se han preguntado por qué ante una misma clase, unos educandos aprenden más que otros. Asimismo, se preguntan con cierta curiosidad que cosa es lo que distingue a los escolares que aprenden bien de los que lo hacen mal. Sin embargo, existen muchas diferencias individuales entre los estudiantes que causan estas

variaciones, una de ellas es la capacidad del escolar para usar las estrategias de aprendizaje.

Por tanto, orientar estrategias de aprendizaje a los estudiantes, es garantizar el aprendizaje: el aprendizaje eficaz, y fomentar su independencia, (enseñarle a aprender a aprender). Por otro lado, una actividad necesaria en la mayoría de los aprendizajes educativos es que el niño estudie, así el conocimiento de estrategias de aprendizaje por parte del estudiante influye directamente en que el educando sepa, pueda y quiera estudiar.

Metodología

El concepto hace referencia al plan de investigación que permite cumplir ciertos objetivos en el marco de una ciencia. Cabe resaltar que la metodología también puede ser aplicada en el ámbito artístico, cuando se lleva a cabo una observación rigurosa. Por lo tanto, puede entenderse a la metodología como el conjunto de procedimientos que determinan una investigación de tipo científico o marcan el rumbo de una exposición doctrinal. (Arana, 2010, pág. 32)

Los enfoques metodológicos en la enseñanza de los deportes se pueden agrupar en dos grandes perspectivas, por un lado el enfoque tradicional o técnico, y por otro el enfoque alternativo o centrado en la táctica.

El enfoque tradicional se centra en progresiones de ejercicios, tanto de asimilación como de aplicación y en el desarrollo de las técnicas fundamentales del deporte antes de abordar los aspectos tácticos y de llevar al individuo a practicar el juego en situación real (se enfatiza el aprendizaje de la habilidad antes que la comprensión del juego) Es decir que desde este punto de vista el deporte es la descomposición de destrezas que deberán ser aprendidas por el principiante como un criterio de dificultad creciente. Desde este punto de vista podríamos vincular

este enfoque con una técnica de enseñanza de Instrucción Directa. (D Alessandro de la Hera, 2011, pág. 53)

El enfoque alternativo tiene que ver con la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices jugadas vinculadas al contexto real el juego desde los primeros pasos del deporte. Partiendo de la concepción que los mismos no son una suma de técnicas, sino como un sistema de relación donde lo más importante que la práctica venga realizada en un contexto lo más parecido posible a la situación real del juego, de manera de poner en funcionamiento capacidades perspectivas y de toma de decisiones. Este tipo de enfoque se podría relacionar con la técnica de enseñanza mediante búsqueda o indagación (D Alessandro de la Hera, 2011, pág. 79).

Las investigaciones acerca de estos dos grandes enfoques no se ponen de acuerdo acerca de cuál sea la más adecuada para la enseñanza de los deportes. En general no encuentran grandes diferencias que hagan suponer la supremacía de una sobre otra en el rendimiento durante el juego.

Lo que sí es de resaltar es que muchas de las investigaciones refieren a que el enfoque alternativo obtiene mejores resultados en cuanto al compromiso de los alumnos durante las clases, es decir en cuanto a la motivación por los entrenamientos o lecciones.

Para enseñar un deporte se necesita de una preparación adecuada es decir conocer los distintos métodos antes mencionado, así como aspectos sociales que permitan interactuar con los alumnos.

La metodología del entrenamiento

Consiste en las reglas que deben cumplirse dentro de la organización en la práctica de un deporte. Existen dos tipos de metodologías en este campo: pluridisciplinar e integrada.

La metodología pluridisciplinar es la que considera que el mejor rendimiento deportivo puede obtenerse a partir de la suma de los diferentes elementos que intervienen tales como la técnica, la táctica, y los aspectos físicos, psicológicos y visuales. Los fines se consiguen a partir de ejercicios claros y seguros.

La metodología integrada se encuentra basada en la práctica deportiva, y considera que las habilidades técnico-tácticas, físicas, psicológicas y visuales están íntimamente ligadas. En esa metodología se busca integración y combinación entre todos los elementos, pero se presta una mayor atención a la técnica y la táctica.

Práctica deportiva

Definición

La práctica deportiva consiste en la realización de una actividad física que se concreta con afán competitivo y en la cual se deben respetar una serie de reglas. Se diferencia de la mera actividad física en que ésta es una simple práctica, mientras que en el deporte siempre hay una competencia que arroja un resultado.

Un juego, por su parte, es una actividad recreativa donde participan uno o más jugadores. Más allá de la competencia, la función principal de los juegos es brindar diversión y entretenimiento, mientras aportan un estímulo mental y físico.

Los juegos pre deportivos son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.

La práctica del deporte en los escolares

El deporte es una actividad esencial en el desarrollo de cualquier persona, y más si se inicia en una etapa temprana de la vida. La práctica deportiva fomenta en los escolares valores de amistad, compañerismo, respeto, solidaridad o tolerancia, entre otras muchas cualidades. Es decir, contribuye a su desarrollo como personas.

Es importante que el deporte se incorpore al ámbito escolar adquiriendo un matiz educativo. Los centros docentes ofrecen a sus alumnos y alumnas un amplio repertorio de actividades deportivas que abarcan a todos los grupos de edad y que permiten la práctica de diversas modalidades y especialidades deportivas.

La iniciación deportiva debe entenderse, pues, como una acción pedagógica mediante la cual el escolar irá evolucionando física y psíquicamente. Así que lo más importante en estas etapas será la estimulación del estudiante, facilitándole unas bases que le permitan situarse en unas óptimas condiciones para cualquier aprendizaje inicial.

La práctica deportiva es un proceso de socialización e integración que conlleva una serie de obligaciones y, al mismo tiempo, es un proceso de enseñanza y aprendizaje progresivo. En esa etapa, educadores y familias juegan un papel importante. Ellos son los que acompañarán al estudiante en ese proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos y actitudes que le permitirán desenvolverse lo mejor posible en las actividades deportivas. Son y deben ser, además, transmisores de valores.

Todo deporte debe ser valorado y asumido con actitudes y comportamientos basados en criterios ético - deportivos, algo que según la Asociación Amigos del Deporte debe darse tanto entre los deportistas practicantes como entre los distintos agentes sociales que participen directa o indirectamente en el mismo.

En este sentido, dicha asociación señala y recoge en un decálogo del deportista una serie de principios a tener en cuenta:

- Ser dueño de sí mismo.

- Que se conozcan más por su comportamiento que por las victorias que consigas.
- El juego limpio dignifica, el sucio envilece.
- Respetar la norma, dará sentido y claridad en el juego.
- Honrar al contrario, no es un enemigo, es un compañero de juegos.
- Al finalizar los encuentros saludar a los contrarios y jueces.
- Tomar decisiones desde la honradez y la objetividad.
- El entrenamiento es la más decisiva de las pruebas.
- Que predomine el sentido de equipo, sus intereses están por encima del lucimiento personal.
- El deporte forja personas para la vida.

Inculcar un hábito tan saludable como es la práctica deportiva, no sólo ayudará a mejorar la salud y la forma física de los estudiantes, sino que también contribuirá al desarrollo personal y educativo del mismo.

2.3.- Hipótesis

La Enseñanza del fútbol incide en la práctica deportiva en los estudiantes de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el cantón Ambato provincia del Tungurahua.

2.4.- Señalamiento de variables

Variable independiente. Enseñanza de fútbol

Variable dependiente: Práctica deportiva

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1.- Enfoque Investigativo

La siguiente investigación es cuali-cuantitativa.

Es cuantitativa debido a que se utilizan procesos matemáticos (datos estadísticos) para interpretar los datos que arrojarán las encuestas de la investigación.

Es cualitativa porque se va a valorar como la enseñanza del futsal relación con la práctica deportiva por medio de un análisis de las diferentes circunstancias en las que los estudiantes se desarrollan, y obtener el mejor proceso para el mejoramiento de su rendimiento deportivo.

3.2.- Modalidad Básica de la Investigación

3.2.1.- Investigación Bibliográfica Documental

Se utilizará la consulta bibliográfica porque se ampliará y se profundizará las conceptualizaciones y criterios a partir de diversos autores basándose en fuentes primarias como libros, revistas, periódicos, internet. En razón de que el marco teórico se fundamentará en la consulta de libros, folletos, revistas, internet

3.2.2.- Investigación de Campo

El presente trabajo de investigación de campo se realizará en el mismo lugar en el que sucede el fenómeno investigado, tomando contacto con la realidad para obtener la información de acuerdo a las variables, a los objetivos y a la hipótesis planteada.

Se deberá verificar la hipótesis porque se identificará el problema a través de varios instrumentos de investigación, como encuestas, entrevistas, observaciones, etc.

3.3.- Nivel o tipo de Investigación

Los métodos más comunes que se utilizan en el trabajo de investigación son los siguientes:

3.3.1.- Método Científico

Es científico porque se aplican técnicas que acceden a comprobar los hechos investigados y que permitirán llegar a obtener resultados deseados.

3.3.2.- Método Empírico

Se utiliza este método, que en base a la percepción sensorial o kinestésica permita captar directamente el problema de la enseñanza del fútbol en los seleccionados de la categoría inferior de la selección de la Institución.

3.2.3.-Método de la Observación

Con base a este método, y a través de fichas de observación se puede obtener datos de cómo los inicios de la disciplina del fútbol incide en el rendimiento deportivo de los estudiantes.

3.2.4.-Método Descriptivo

También conocida como estadístico, describe los datos y este debe tener un impacto en las vidas de la gente que le rodea, su objetivo descriptivo consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. El objetivo principal es saber el por qué y para qué se está realizando.

3.2.5.-Método Exploratorio

Este método permitirá conocer más sobre las características y beneficios de la práctica del fútbol permitiendo analizar de esta manera cual es la relación con el desarrollo deportivo de los estudiantes.

Las soluciones que se plantean, serán debidas a las causas que surgen del problema, y presentar los lineamientos de la alternativa de solución, que surtan efectos que corroboren la solución del problema.

Nivel correlacional

En donde se busca determinar la relación entre las dos variables desde el inicio del proceso de investigación.

3.4. Población y Muestra

El presente proyecto de investigación se va a realizar con los estudiantes de 10mos y 1er año de Bachillerato, docentes y autoridades de la Institución Educativa, donde se aplicará la siguiente fórmula para obtener la muestra, en la que se obtuvo una muestra de 84, distribuidos en 10 docentes y 74 estudiantes.

$$n = \frac{PQ \times N}{(N - 1) (E/ K)^2 + PQ}$$

$$n = \frac{0,25 \times 350}{\dots}$$

$$n = \frac{(350-1) (0,10/2)^2 + (0,25)}{87.5}$$

$$n = \frac{349 \times 0,0104 + 0,25}{1.12}$$

n = 74 estudiantes

Se encuestarán a 74 estudiantes. A docentes y autoridades por ser muy bajo el número se los encuestará en el 100%.

Tabla 2: Población y MUESTRA

Personal a investigar	Frecuencia
Estudiantes	74
Docentes	10
TOTAL	84

FUENTE: Investigador

Elaborado por: Borja, Diego 2016

3.6.- Recopilación de la Información

Las técnicas e instrumentos que se utilizarán son los siguientes:

TÉCNICAS

- Encuesta
- Entrevista
- Fichas de Observación

INSTRUMENTOS

- Cuestionario
- Guía de entrevista
- Equipos Deportivos
- Material Deportivo

MUESTREO

El muestreo que se va a realizar es de forma aleatoria simple a 74 estudiantes y 10 docentes.

Tabla 5; Muestreo

Estudiantes		Profesores	
Masculino	Femenino	Masculino	Femenino
40	34	7	3
TOTAL	84		

Elaborado por: Borja, Diego 2016

Muestreo	Técnicas e Instrumentos
<ul style="list-style-type: none">• Docentes de área de cultura física.• Profesores• Estudiantes	<ul style="list-style-type: none">• Cuestionario• Revistas• Internet• Documentales• Equipos deportivos• Material deportivo

3.7.- Plan de procesamiento de información

Procesamiento:

- Tabulación o cuadros según variables de la hipótesis reajuste de información
- Estudio estadístico de datos para presentación de resultados.
- Representación gráfica.

Análisis e interpretación de resultados:

- Análisis de los resultados estadísticos de acuerdo con los objetivos e hipótesis.
- Interpretación de los resultados con apoyo del marco teórico.
- Comprobación de hipótesis.
- Establecimiento de conclusiones y recomendaciones

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

La información obtenida a través de las encuestas se tabulará de forma manual, y con los datos aportados se realizó cuadros estadísticos y gráficos que facilitarán la interpretación y el correspondiente análisis.

La información se la analiza desde la perspectiva de cada uno de los grupos estudiados, como son Estudiantes y Docentes.

Se aplicó 84 encuestas a los Estudiantes y Docentes de la Unidad Educativa Hispano América la información obtenida se detalla a continuación:

4.1.1 Análisis Cuantitativo

ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES

Pregunta 1.- ¿Será importante la enseñanza del fútbol para mejorar la actividad deportiva?

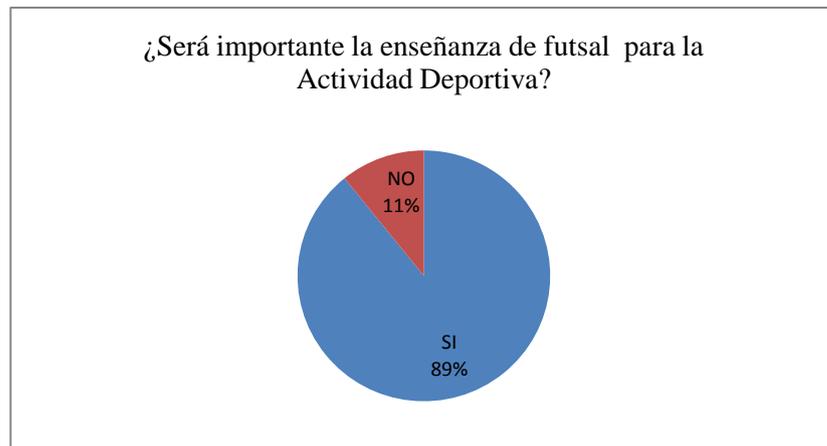
Tabla 6: Pregunta 1

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	66	89,19%
NO	8	10.81%
TOTAL	74	100%

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico4: Pregunta 1



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 89% que corresponde a 66 encuestados respondieron afirmativamente sobre la importancia de la enseñanza del fútbol, mientras que el 11% que correspondió a 8 encuestados considera que no es importante la esta enseñanza para la actividad deportiva.

INTERPRETACIÓN: Al considerarlo como una novedad la inclusión del fútbol, la mayoría de los encuestados opinaron que sería una adecuada forma de generar mayor participación en la actividad física, más aun si existe una adecuada guía de

los principios a usarse en este deporte. Lo que definitivamente generara un mejor rendimiento para la actividad deportiva.

Pregunta 2.- ¿La metodología Aplicada en el PEA (Proceso de Enseñanza Aprendizaje) de futsal será importante para la competencia?

Tabla 7: Pregunta 2

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	54	72.97%
NO	20	27.03%
TOTAL	74	100%

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 5: Pregunta 2



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 73% de los encuestados que representan a 54 personas han dicho que es importante la aplicación de una metodología, mientras que el 27% que representa a 20 personas han manifestado que puede considerarse no importante la aplicación de la metodología para dar mayor importancia a la práctica del futsal con el fin de obtener resultados en las competencias.

INTERPRETACIÓN: Es Fundamental tener las herramientas de enseñanza adecuadas y más aún el saber utilizarlas, afortunadamente, el mayor porcentaje de los encuestados miran con interés y afirman que la metodología es importante

para desarrollar el PEA, garantizando una preparación integral en los deportistas que garanticen resultados en las competencias.

Pregunta 3.- ¿Cree Usted que la práctica del futsal se puede realizar de forma recreativa?

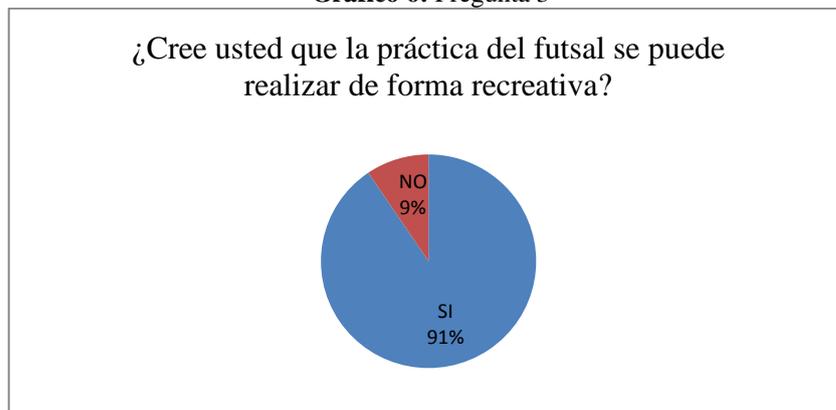
Tabla 8: Pregunta 3

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	67	91
NO	5	9
TOTAL	74	100,00

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 6: Pregunta 3



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 91% que corresponde a 67 encuestados valora la necesidad que se considere la práctica del futsal como una forma recreativa, otro 9% que solo lo consideraron 9 personas opinaron que no debe verse la práctica del futsal como una forma recreativa.

INTERPRETACIÓN: El resultado de las encuestas, brinda una información favorable, considerando importante la práctica del futsal como parte de la recreación diaria, por lo que la cátedra de cultura física debe proyectarse en la

planificación de actividades como campeonatos internos que permitan desarrollar destreza en los estudiantes en la práctica de este arte deportivo.

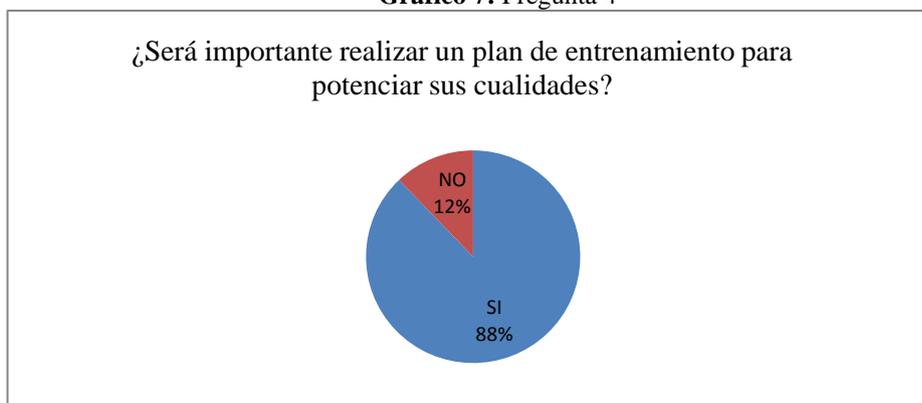
Pregunta 4.- ¿Será importante realizar un plan de entrenamiento para potenciar sus cualidades?

Tabla 9: Pregunta 4

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	65	87,84%
NO	9	12,16%
TOTAL	74	100%

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)
Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 7: Pregunta 4



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)
Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 88% que corresponde a 65 encuestados considera que si es importante y el 2% que representa una minoría de 9 personas valora que no es necesario implementar ningún plan de entrenamiento para potenciar las cualidades de los jugadores.

INTERPRETACIÓN:

En los resultados obtenidos con las respuestas de los encuestados se valora que el mayor porcentaje está de acuerdo que se aplique un plan de entrenamiento con el fin de potenciar las cualidades de los deportistas, por lo que se debe dar a conocer

a toda la institución educativa la necesidad de programar y planificar planes de entrenamientos con el fin de potenciar las potencialidades de los estudiantes.

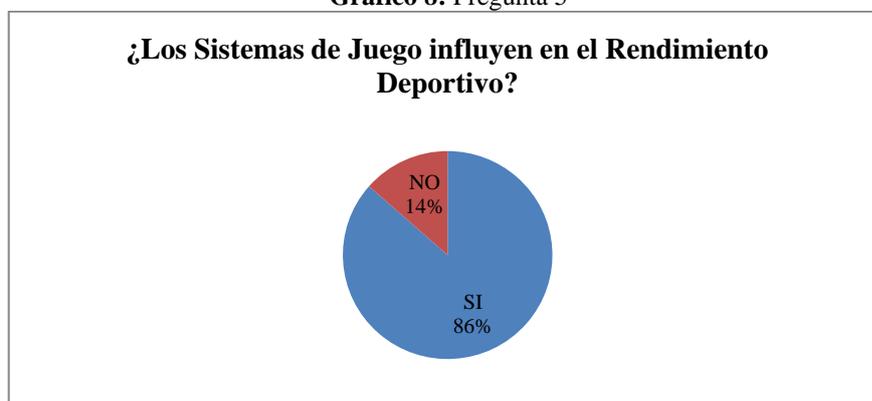
Pregunta 5.- ¿Los Sistemas de Juego influyen en el Rendimiento Deportivo?

Tabla 10: Pregunta 5

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	64	86,49%
NO	10	13,51%
TOTAL	74	100%

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)
Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 8: Pregunta 5



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)
Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 86% correspondiente a 64 encuestados considera q los sistemas de juego sí influyen en el rendimiento deportivo, y el 14% que representa a 10 personas plantean que los sistemas de juegos no influyen en el rendimiento deportivo.

INTERPRETACIÓN: Atendiendo a los resultados obtenidos del gráfico mostrado para los resultados, se observa que un porcentaje no muy alto considera que los sistemas de juegos no influyen en el rendimiento deportivo, por lo que es considerado como una fortaleza que debe traducirse en la fomentación de más

sistemas de juegos que incentiven el desarrollo físico de los deportistas traducido en el logro del alto rendimiento deportivo.

Pregunta 6.- ¿La práctica Deportiva forma parte de la Educación Integral del educando?

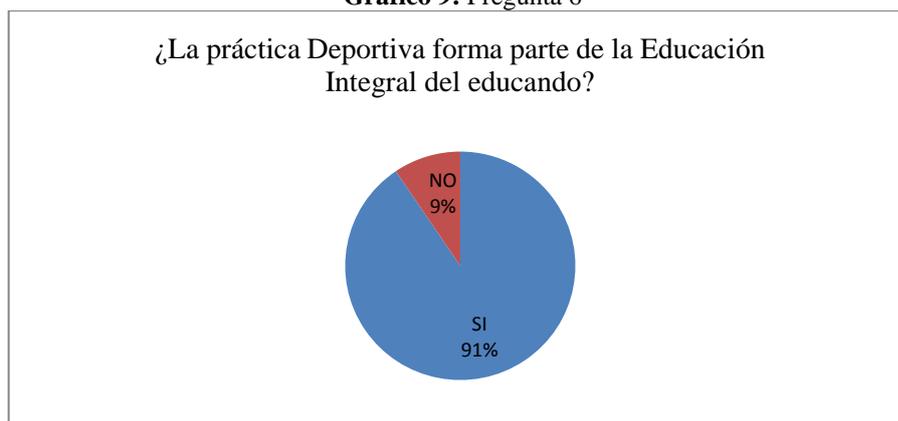
Tabla 11: Pregunta 6

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	67	90,54%
NO	7	9,46%
TOTAL	74	100,00

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 9: Pregunta 6



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 91% que correspondiente a 67 encuestados expresa que la práctica deportiva forma parte de la educación integral del educando y el 9 % que representa una minoría de 7 personas plantea que no.

INTERPRETACIÓN: Los resultados mostrados en el gráfico, a partir de las respuestas obtenidas, refleja que un porcentaje importante reconoce la importancia que tiene la práctica deportiva para la educación integral del educando y a la vez

para mejorar la calidad de vida, pero es necesario continuar trabajando en función de la planificación de diferentes actividades deportivas para convencer a aquellos que creen que no contribuye al desarrollo integral de los educandos.

Pregunta 7.-. ¿La práctica deportiva ayuda al desarrollo físico y mejora la calidad de vida?

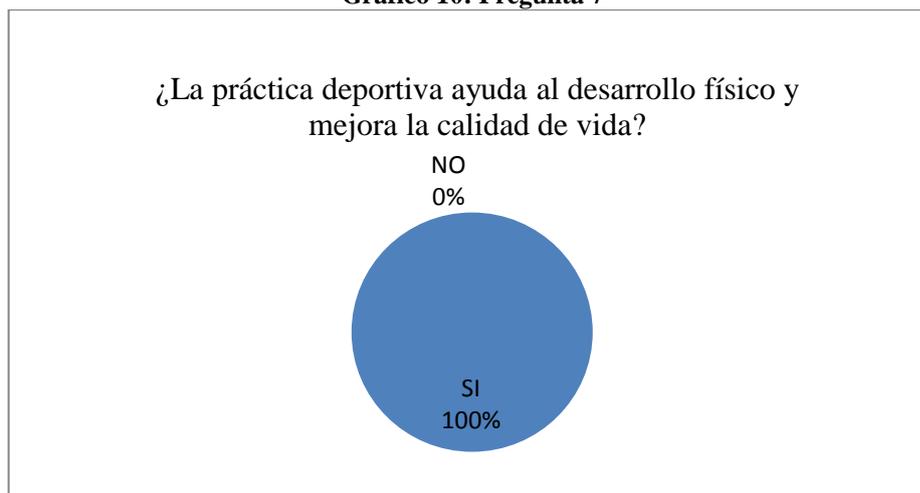
Tabla 12 : Pregunta 7

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	74	100
NO	0	0.00
TOTAL	74	100,00

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 10: Pregunta 7



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 100% correspondiente a los 74 encuestados valora que la práctica deportiva ayuda al desarrollo físico y mejora la calidad de vida

INTERPRETACIÓN: Es considerable el porcentaje que reconoce la influencia de la práctica del deporte como incidencia al desarrollo físico y la mejora de la calidad de vida, por lo que debe potenciar la planificación de actividades

deportivas para aprovechar esta fortaleza e incrementar una mejora física y de la calidad de vida en las personas.

Pregunta 8. ¿Cree usted que la práctica deportiva eleva el nivel competitivo en los torneos?

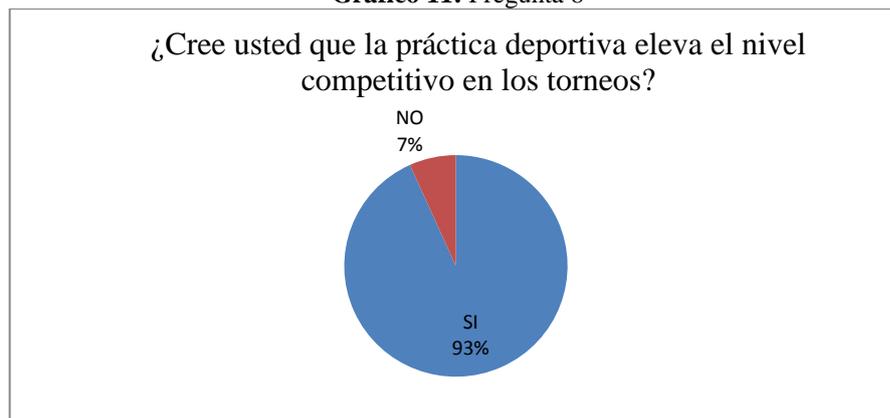
Tabla 13: Pregunta 8

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	69	93.24
NO	5	6,76%
TOTAL	74	100,00

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 11: Pregunta 8



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: EL 93% que corresponde a 69 de los encuestados considera que los procesos que se utilizan para la práctica deportiva, eleva el nivel competitivo en los torneos y el 5% que solo representa a 5 de ellos valora que no.

INTERPRETACIÓN: Un por ciento alto de los encuestados considera que la práctica deportiva eleva el nivel competitivo en los torneos, por lo que se hace evidente la planificación permanente y la ejecución de actividades deportivas para obtener resultados relevantes en los torneos planificados.

Pregunta 9. ¿Considera usted que a práctica Deportiva ayuda al desarrollo de la conducta?

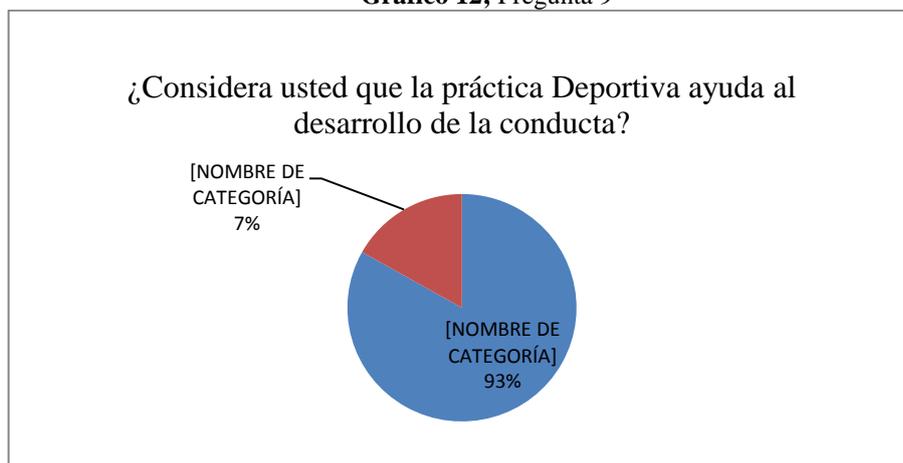
Tabla 14: Pregunta 9

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	69	93,24%
NO	5	6.75%
TOTAL	74	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 12; Pregunta 9



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: EL 83% que corresponde a 69 encuestados considera que la práctica deportiva forma el desarrollo de la conducta y el 7% que representa una minoría de 5 personas considera que no contribuye al desarrollo de la conducta.

INTERPRETACIÓN: Un por ciento alto de los encuestados considera que la práctica deportiva desarrolla la conducta de las personas, anotando que es algo probado, por lo que resulta necesario fomentar las actividades deportivas con este

fin ya que es necesario que un atleta tenga buena conducta social, psicológica y moral.

Pregunta 10. ¿Usted cree que la práctica deportiva ayuda a la integración institucional?

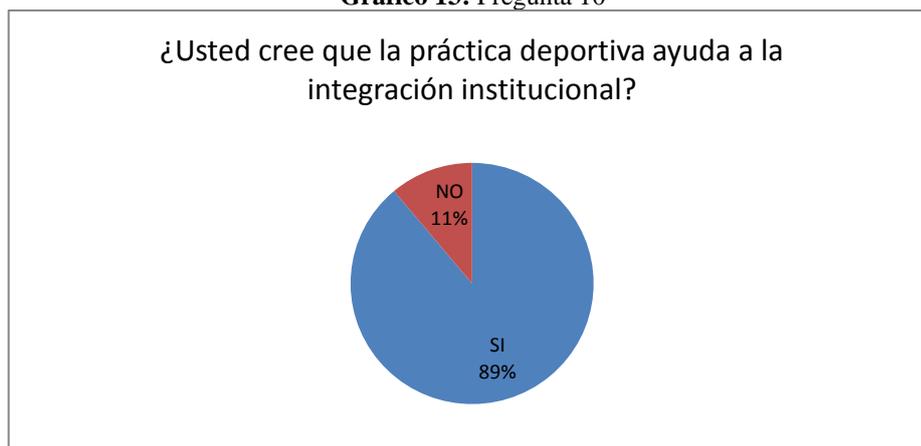
Tabla 15: Pregunta 10

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	64	88,49%
NO	8	10,81%
TOTAL	74	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 13: Pregunta 10



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: EL 89% que corresponde a 64 encuestados considera que la práctica deportiva ayuda a la integración institucional y el 14% que representa a 8 encuestados, considera que no.

INTERPRETACIÓN: Un porcentaje alto de los encuestados considera que la práctica deportiva ayuda a la integración de los educandos a la institución, por lo que se hace evidente la planificación constante de actividades deportivas que

propicien a los educandos a sentirse a gusto y motivados con la institución que ellos representan.

APLICACIÓN DE ENCUESTA A DOCENTES

Pregunta 1.- ¿Será importante la enseñanza del fútbol a los estudiantes para la Actividad Deportiva en la Unidad Educativa Hispano América?

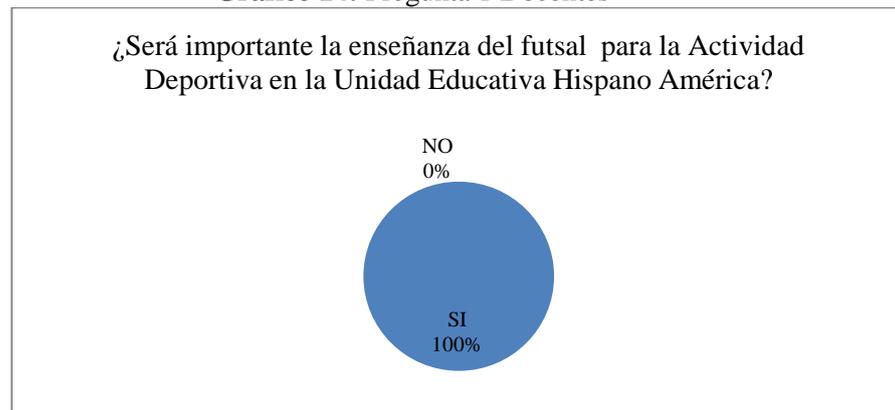
Tabla 16: Pregunta 1 Docentes

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	100
NO	0	0
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 14: Pregunta 1 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: El 100% de los encuestados respondieron afirmativamente

INTERPRETACIÓN: Los docentes consideraron en su totalidad que la práctica del fútbol es importante para la actividad deportiva, por lo que hay que tener más en cuenta la planificación de la práctica de este deporte en las escuelas que se tomaron como muestra, donde el papel de los profesores del área de cultura física

juegan un papel fundamental en la incorporación de este deporte en las actividades docentes educativa de los estudiantes.

Pregunta 2.- ¿Será importante la aplicación de una metodología para PEA (Proceso Enseñanza Aprendizaje) de fútbol para las competencias Intercolegiales?

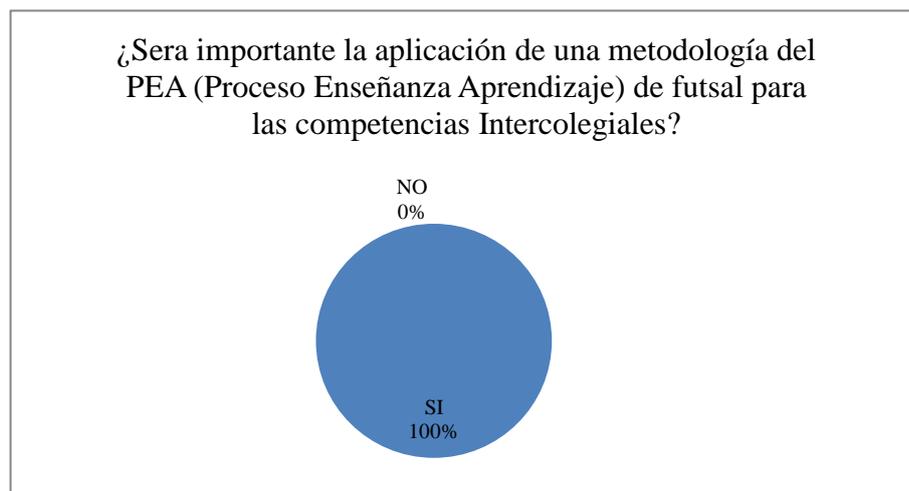
Tabla 17: Pregunta 2 Docentes

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	100
NO	0	0
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 15: Pregunta 2 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANÁLISIS: Todos los encuestados, el 100% consideraron importante y necesaria la interrogante realizada.

INTERPRETACIÓN: Considerando la totalidad de las respuestas afirmativas dadas a la pregunta realizada de aplicar una metodología en el PEA del fútbol para

las competencias se infiere que se debe revisar en cada área de cultura física la actualización, renovación o elaboración de dicha herramienta para poner en práctica con todos los estudiantes para obtener los resultados deseados en los eventos competitivos.

Pregunta 3.- ¿Cree usted que la práctica del futsal se puede realizar de forma recreativa?

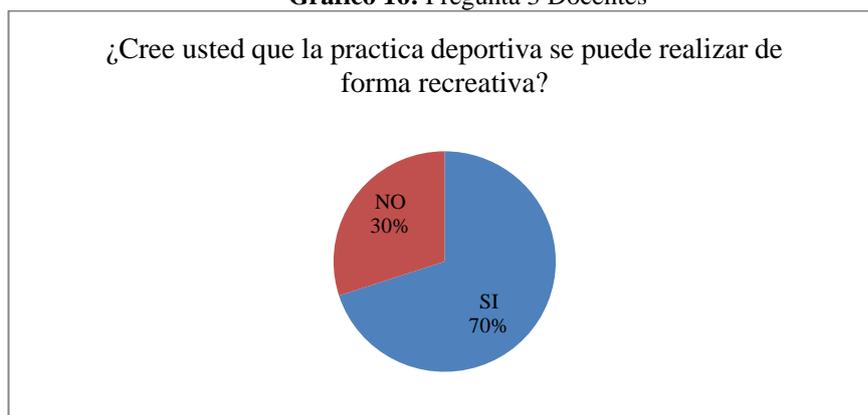
Tabla 18: Pregunta 3 Docentes

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	70
NO	3	30
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 16: Pregunta 3 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 70% considera que se puede y el 30% considera que no se puede, usar la práctica deportiva como una forma de recreación.

INTERPRETACION: Aunque un porcentaje mayor considera que la práctica del deporte se puede considerar como una forma recreativa es necesario fomentar una mayor cultura al respecto para poder incentivar en los educadores la necesidad de

incrementar las actividades deportivas en su tiempo de recreo para facilitar un mayor bienestar de su cuerpo mejorando la salud mental y física de cada cual.

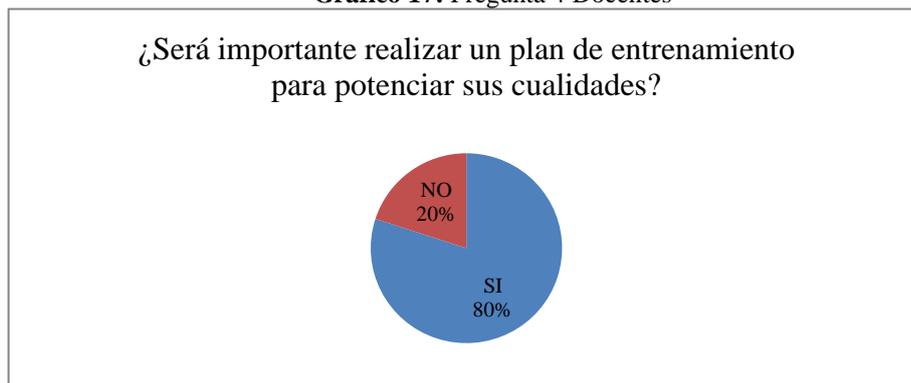
Pregunta 4.- ¿Será importante realizar un plan de entrenamiento para potenciar sus cualidades?

Tabla 19; Pregunta 4 Docentes

ALTERNATIVA	FRCUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	80
NO	2	20
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)
Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 17: Pregunta 4 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)
Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: Un porcentaje alto del 80% considera que si es importante realizar un plan de entrenamiento para potenciar sus cualidades personales y el otro 20% considera que no es necesario

INTERPRETACION: Como la mayoría apoya el planteamiento de desarrollar un plan de entrenamiento para potenciar las cualidades personales, es necesario se revisen y/o confeccionen los mismos para aprovechar las potencialidades que

estos posibilitan y así el resto se suma a estas planificaciones de los entrenamientos.

Pregunta 5.- ¿Los Sistemas de Juego influyen en el Rendimiento Deportivo?

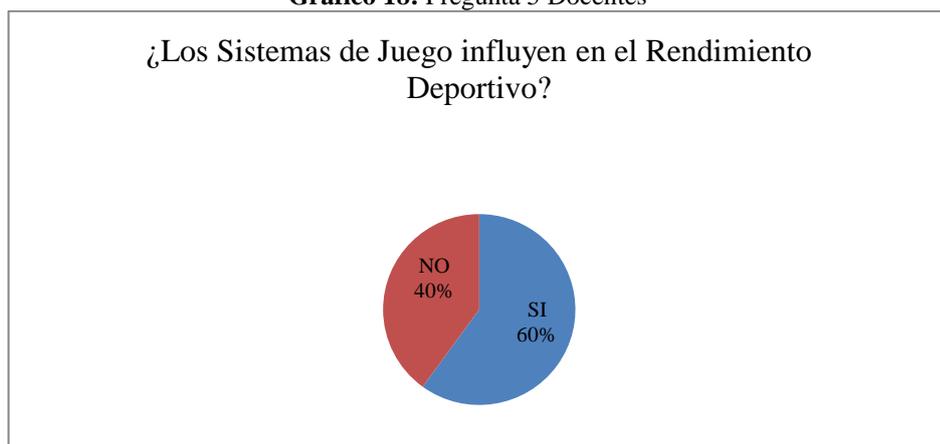
Tabla 20: Pregunta 5 Docentes

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	6	60
NO	4	40
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 18: Pregunta 5 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 60% considera que influye y el 40% considera que no influyen los sistemas de juegos en el rendimiento deportivo.

INTERPRETACION: Un porcentaje mayor considera que sí influyen los sistemas de juegos en el rendimiento deportivo, pero un número muy cercano considera que no, es necesario realizar algunas consideraciones al respecto para

demostrar con hechos concretos la veracidad de cada planteamiento, de lo contrario se debe reforzar el trabajo sistemático para poder valorar el futuro rendimiento de los atletas en la futuras competencias.

Pregunta 6.- ¿La práctica Deportiva forma parte de la Educación Integral del educando?

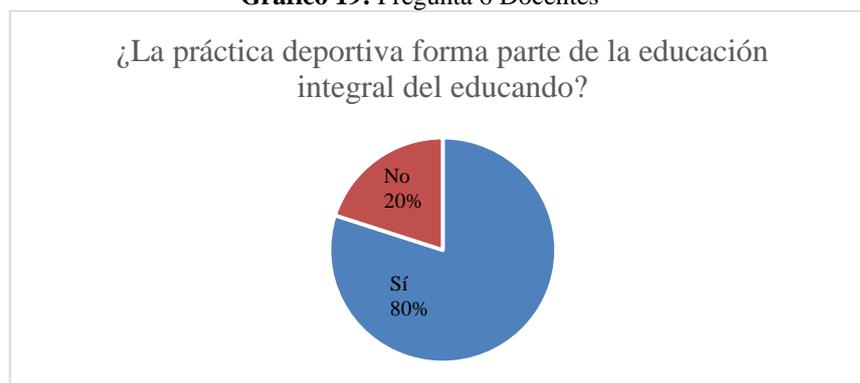
Tabla 21: Pregunta 6 Docentes

ALTERNATIVA	FRCUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	80
NO	2	20
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 19: Pregunta 6 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 80% considera que si forma parte y el 20% considera que no.

INTERPRETACION: Un por ciento elevado considera que la práctica deportiva forma parte de la formación integral del educando, por lo que se debe potenciar esta afirmación y se debe considerar el incremento de esta actividad en todos los momentos que se propicie la oportunidad para realizar diferentes juegos deportivos.

Pregunta 7.- ¿La práctica deportiva ayuda al desarrollo físico y mejora la calidad de vida?

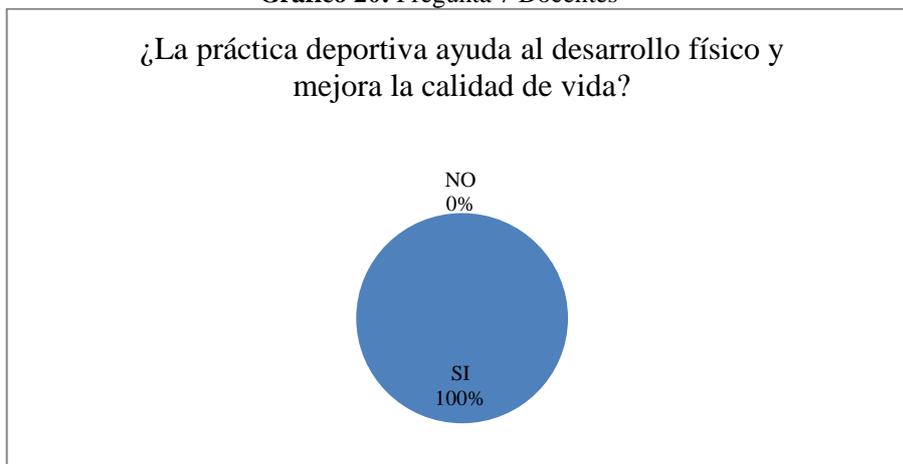
Tabla 22: Pregunta 7 Docentes

ALTERNATIVA	FRCUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	100
NO	0	0
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 20: Pregunta 7 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 100% considera que si ayuda la práctica del deporte al desarrollo físico y a la mejora de la calidad de vida de las personas

INTERPRETACION: Partiendo de las respuestas y consideraciones emitidas por los encuestados se debe aprovechar y fomentar la práctica del deporte en los

centros educacionales considerando una cultura de la práctica deportiva asegurando un bienestar de vida en cada persona.

Pregunta 8.- ¿Cree usted que la práctica deportiva eleva el nivel competitivo en los Torneos Intercolegiales de la Provincia?

Tabla 23: Pregunta 8 Docentes

ALTERNATIVA	FRCUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	100
NO	0	0
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 21: Pregunta 8 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 100% considera que la práctica deportiva eleva el nivel competitivo en los torneos efectuados

INTERPRETACION: Considerando la afirmación de la totalidad de los encuestados, hay que aprovechar la fortaleza presentada y realizar una

planificación sólida aplicable durante todo el curso escolar para obtener atletas listos para cualquier torneo competitivo.

Pregunta 9.- ¿Considera que la Práctica Deportiva ayuda al desarrollo de la Actitud y Aptitud del deportista?

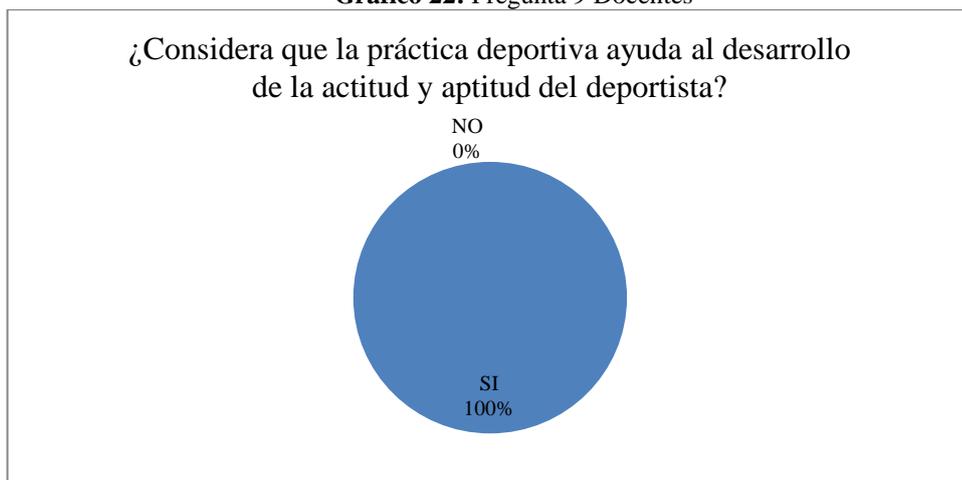
Tabla 24: Pregunta 9 Docentes

ALTERNATIVA	FRCUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	100
NO	0	0
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 22: Pregunta 9 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 100% considera que la práctica deportiva ayuda al mejoramiento de la actitud y aptitud de los deportistas

INTERPRETACION: Partiendo de los resultaos obtenidos con las respuestas emitida por los encuestados, es necesario considerar como una fortaleza para la

institución y se deben organizar, planificar y poner en marcha un grupo de acciones que permitan la ejecución de actividades deportivas que consoliden las actitudes y aptitudes de los atletas.

Pregunta 10.- ¿La práctica deportiva ayuda a la masificación y a potenciar la calidad de vida en la sociedad?

Tabla 25: Pregunta 10 Docentes

ALTERNATIVA	FRCUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	80
NO	2	20
TOTAL	10	100

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

Gráfico 23: Pregunta 10 Docentes



Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Fuente: Encuestas aplicadas

ANALISIS: El 80% considera que si y el 20% considera que no ayuda la práctica deportiva a la masificación y a la calidad de vida en la sociedad

INTERPRETACION: Un elevado porciento valora la importancia que tiene la práctica deportiva para el mejoramiento de la calidad de vida a través de la masificación, pero queda un porcentaje que debiera valorar la importancia que

tiene la práctica del deporte para el mejoramiento de la calidad de vida, por lo que es necesario trazar un grupo de estrategias que le permita a esta parte de la sociedad valorar que resulta extremadamente importante incorporarse a la práctica sistemática del deporte para adquirir calidad de vida.

4.2.- Verificación de la hipótesis

Para poder comprobar la hipótesis del presente trabajo investigativo se utilizará el método estadístico conocido como el CHI cuadrado (χ^2), con el fin de poder afirmar o negar la hipótesis antes planteada.

4.2.1.- Planteamiento de la hipótesis

H0: (NO) La enseñanza del futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la unidad educativa Hispano América en el cantón Ambato provincia del Tungurahua”

HI: (SI) La enseñanza del futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la unidad educativa Hispano América en el cantón Ambato provincia del Tungurahua”

4.2.2.- Selección del nivel de investigación

Para la verificación de la hipótesis se utilizará el nivel de significación del $\alpha= 0,05$.

Descripción de la población

Se planteó 84 encuestas incluidos estudiantes y profesores.

Especificación del estadístico

Se tomará en cuenta la siguiente fórmula para la obtención del CHI cuadrado:

$$\chi^2 = \sum \frac{(O-E)^2}{E}$$

χ^2 = chi cuadrado

\sum = sumatoria

O= frecuencias observadas

E= frecuencias esperadas

Especificación de las regiones de aceptación y rechazo

Se va a determinar los grados de libertad teniendo en cuenta que el cuadro consta de 4 filas y 2 columnas.

Tabla 26: Grados de Libertad

Grados de libertad		
	Filas	Columnas
G1	4-1	2-1
G1	3	1
G1	3*1	
G1	3	
		$\chi^2 T = 7.89$

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Con el 3 gl y un nivel de significación del 0.05 encontramos en la tabla de X^2 el valor de 7.89 por lo tanto se acepta la hipótesis alternativa para todo valor de chi cuadrado mayores al valor 7.89 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son menores de 7.89.

La representación gráfica sería:

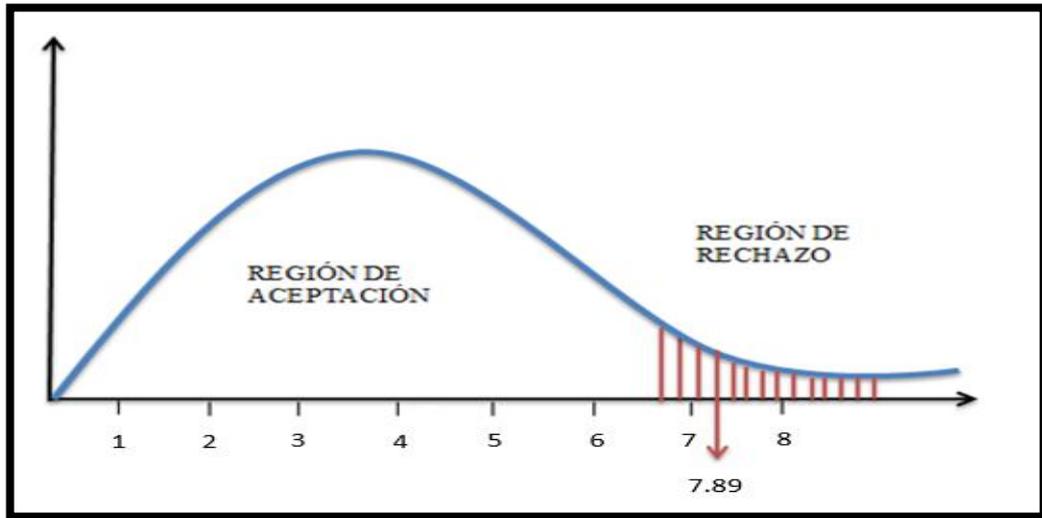


Ilustración 12: Región de Aceptación
Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Recolección de datos y cálculo de los estadísticos

Tabla 27: Frecuencias Observadas

Preguntas	Categorías		Suma
	SI	NO	
Pregunta 3	74	10	84
Pregunta 4	73	11	84
Pregunta 6	75	9	84
Pregunta 7	84	0	84
Total	306	30	336

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Cuando se ha logrado obtener las frecuencias observadas procedemos a encontrar las frecuencias esperadas.

Tabla 28: Frecuencias Esperadas

Preguntas	Categorías		Suma
	SI	NO	
Pregunta 3	76,5	7,5	84
Pregunta 4	76,5	7,5	84
Pregunta 6	76,5	7,5	84
Pregunta 7	76,5	7,5	84
Total	306	30	336

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Cálculo del Chi Cuadrado

El resultado del cálculo del Chi Cuadrado está demostrado en el siguiente cuadro:

Tabla 29: Calculo del Chi Cuadrado

O	E	O-E	(O-E) ²	(O-E) ² /E
74	76,5	-2,6	6,76	0,09
10	7,5	2,5	6,25	0,83
73	76,5	-3,5	12,25	0,16
11	7,5	3,5	12,25	1,63
75	76,5	-1,5	2,25	0,03
9	7,5	1,5	2,25	0,3
84	76,5	7,5	56,25	0,74
0	7,5	7,5	56,25	7,5
336	336			11,28

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

Decisión

Con 3 grados de libertad y a nivel de 0.05 de significación, se obtiene en la tabla X^2T 7.89 y el valor de chi cuadrado calculado es X^2C **11.28**; siendo así, X^2T (7.89) es menor que X^2C (11.28); por lo tanto se acepta la hipótesis alternativa

H1. “La enseñanza del futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América en el cantón Ambato, Provincia del Tungurahua”

Capítulo V

5.1 Conclusiones

- Mayoritariamente los estudiantes han manifestado estar de acuerdo que la práctica deportiva, mejora su desarrollo físico y mejora la calidad de vida
- Los estudiantes creen que es importante que se tenga nuevas estrategias con la finalidad de generar en ellos mayor participación en los procesos deportivos a realizarse tanto en el desarrollo de la cátedra como en la competencia.
- Los docentes por su parte, mayoritariamente piensan tener las herramientas adecuadas para la aplicación y desarrollo de nuevas prácticas deportivas, pero al mismo tiempo disminuye el porcentaje de la afirmación cuando se les plantea si poseen las estrategias adecuadas.

- En lo que coinciden plenamente los dos grupos entrevistados es en que el futsal debe practicarse en forma recreativa, como una forma de incentivar y generar una mayor y mejor integración.

5.2 Recomendaciones

- Que los profesionales del área de cultura física, permanentemente se encuentren actualizados en nuevas formas pedagógicas, y de desarrollo e inclusión, así como de técnicas y estrategias que permitan la aceptación de los estudiantes de nuevas disciplinas, especialmente del futsal.
- Es importante recomendar que el futsal sea incluido en la práctica deportiva habitual y recreacional en las instituciones especialmente en la Unidad Educativa Hispano América.
- Que se elabore un manual de futsal que facilite la comprensión de parte de docentes y estudiantes las principales reglas y estrategias para generar en ellos un mayor interés.

- Que en la institución se incluya el futsal como deporte principal de los juegos internos con el fin de generar una mejor y mayor integración de los estamentos que la integran.

BIBLIOGRAFIA

Referencias

- ALCACER, J. y. (2002). *Combatir y neutralizar. Principios ofensivos y defensivos.*
- ALVAREZ BEDOLLA, A. (2003). *Estrategia, Táctica y Técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos.* Buenos Aires,.
- AMOS COMENIO, J. (2000). *Didáctica Magna.* Porrúa.
- ARANA, A. (2003). *Influencia de la Práctica Deportiva en las Competencias Escolares.*
- ARIAS, G. D. (2005). "Enseñanza y Aprendizaje". Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.

- Arroba, M. (2001). Educacion Fisica. Recuperado el 2 de abril de 2016, de <http://www.monografias.com/trabajos12/edfis/edfis.shtml>
- AUSUBEL D., N. J. (1997). Un punto de vista cognitivo. Trillas.
- BANDURA, A. (2009). Arendizaje Social.
- Barquin, C. (2013). las estrategias metodologicas y su relación en el aprendizaje de futbol sala en los estudiantes de la unidad educactiva Liceo Olicial Mayor Galo Miño Jarrin de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua. Ambato: Universidad Tecnica de Ambato.
- Bedolla, A. (Mayo de 2003). Estrategia, Táctica y Técnica. Recuperado el 2 de abril de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm>
- BELTRÁN, F. (1991). Iniciación al Fútbol Sala-Técnica y planificación. Zaragoza: CEPID.
- BLAZQUEZ SANCHEZ, D. (1990). Evaluar en educación física. Barcelona: Inde.
- CAILLY, P. (2001). Descubrimiento de los Talentos Deportivos. Colombia: Luz.
- Canseco Morillo, V. (2011). los fundamentos técnicos de futsal y su incidencia en el aprendizaje deportivo de personas.
- D ALESSANDRO DE LA HERA, D. (2009). Futsal Metodología. Brasil.
- DELGADO, M. (1991). Los estilos de enseñanza en educación física.
- FONSECA, G. (1997). Futsal: Metodología de Ensino. Caxias do Sul. : EDUCS. .
- GARCIA GAROZZO, P. (2003). Corporación Deportiva Fénix.

HERNANDEZ, J. (2000). La iniciación a los deportes desde su estructura y su dinámica.

Miguel, D., & Álvaro, S. (2002). Educación física y estilos de enseñanza. España.

Mijangos, A. (20 de Enero de 2013). Metodos de Enseñanza- Clasificacion. Recuperado el 2 de abril de 2016, de <http://www.monografias.com/trabajos15/metodos-ensenanza/metodos-ensenanza.shtml>

THORPE, R. Y. (1986). Landmarks on our way to .teaching for understanding.

Vargas, A. (15 de Febrero de 2009). Metodos de enseñanza- Aprendizaje. Recuperado el 2 de abril de 2016, de http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_15/ANGELA_VARGAS_2.pdf

Metodología para la enseñanza- aprendizaje del futsal en la práctica deportiva.

Diego Xavier Borja Urquiza, xavi90diego@gmail.com
José Yamandú Yáñez Cabrera, yamanduyanez72@gmail.com

Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Carrera: Cultura Física
Unidad Educativa Hispano América
Ambato – Ecuador
2016 – 2017

Resumen

El presente estudio de investigación, se basa en determinar la metodología para la enseñanza- aprendizaje del futsal en la práctica deportiva de la categoría intermedia de la Unidad Educativa Hispano América para así dominar los fundamentos técnicos y tácticos en la

práctica deportiva, seguido de los resultados que muestre el estudio nos basaremos en distintos criterios de varios autores lo cual servirá para aplicar una metodología correcta para la enseñanza del futsal y mejorar sus cualidades, habilidades y técnicas que posee cada deportista y así poder guiar en la enseñanza del futsal, donde también se fortalecerá sus capacidades físicas y técnicas y relaciones interpersonales que es de gran importancia en este deporte, para luego poder evaluar y verificar los conocimientos adquiridos con la aplicación de la metodología del futsal.

Palabras Claves: Metodología, futsal, práctica deportiva, resultados, enseñanza.

Summary

The present research study is based on determining the teaching-learning methodology of futsal in the sports practice of the intermediate category of the Hispanic American Education Unit in order to master the technical and tactical fundamentals in sports practice, followed by the results. That we in the present study will be based on different criteria of several authors which will serve me to apply a correct methodology for the teaching of futsal and improve their qualities, skills and techniques that each athlete possesses and this be able to guide him in futsal teaching, where will also strengthen their abilities, interpersonal relations and with society that is of importance in this sport, then be able to evaluate and verify the knowledge acquired with the application of futsal methodology.

Key words: Methodology, futsal, sports practice, results, teaching.

1. Introducción

Al ser el futsal un deporte que puede mejorar la condición física y psíquica de las personas que lo practican y tiene como objetivo la expresión de la mejora en la condición física y desarrollo de las relaciones sociales, además de la obtención de resultados dentro de una competición.

El futsal, es un juego de pelota practicado entre dos equipos de 5 jugadores cada uno dentro de una cancha de suelo duro que se debe tomar en cuenta reglas y también algunas técnicas de juego.¹

Dentro de algunas investigaciones mencionan que se debe reformular la ideología dentro de la enseñanza del futsal y desarrollar una estrategia de manera eficaz para la obtención de resultados en la categoría intermedia dentro de la institución.

En la actualidad con respecto a la enseñanza del futsal no existen investigación que determinen una estrategia adecuada para la enseñanza en la etapa intermedia dentro de las instituciones educativas, este trabajo tiene como propósito establecer una metodología de enseñanza-aprendizaje para profundizar y realizar un énfasis así lograr alcanzar un propósito de metodología de enseñanza en la práctica deportiva del futsal.

El objetivo principal de la investigación es alcanzar y analizar un método de enseñanza del futsal en la categoría intermedia de la unidad educativa Hispano América.

Enseñanza del Futsal

Definición

¹ (García, 2013, p. 78)

La enseñanza es la acción y efecto de enseñar (instruir, adoctrinar y amaestrar con reglas o preceptos). Se trata del sistema y método de dar instrucción, formado por el conjunto de conocimientos, principios e ideas que se enseñan a alguien o a una sociedad. La enseñanza implica la interacción de tres elementos: el profesor, docente o maestro; el alumno o estudiante; y el objeto de conocimiento. La tradición educativa hace que el profesor sea la fuente del conocimiento y el estudiante, un simple receptor ilimitado del mismo. Bajo esta concepción, el proceso de enseñanza es la transmisión de conocimientos del docente hacia el estudiante, a través de diversos medios y técnicas.²

El enfoque alternativo tiene que ver con la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices jugadas vinculadas al contexto real del juego desde los primeros pasos en el deporte. Partiendo de la concepción que los mismos no son una suma de técnicas, sino como un sistema de relaciones donde lo más importante son los procesos que se proponen para aprender. Para este enfoque es importante que la práctica venga realizada en un contexto lo más parecido posible a la situación real del juego, de manera de poner en funcionamiento capacidades perspectivas y de toma de decisiones. Este tipo de enfoque se podría relacionar con las técnicas de enseñanza mediante búsqueda o indagación.³

Metodología de Enseñanza

“Un método de enseñanza es un conjunto de momentos y técnicas lógicamente coordinadas para dirigir el aprendizaje de alumno hacia determinados objetivos”.⁴

Los métodos de enseñanza son las distintas secuencias de acciones del profesor que tienden a provocar determinadas acciones y modificaciones en los educandos en función del logro de los objetivos propuestos.

Para definir el método de enseñanza debemos tener presente:

La actividad de interrelación entre el profesor y el alumno destinada a alcanzar los objetivos del proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Un conjunto de procedimientos del trabajo docente.
- Una vía mediante la cual el profesor conduce a los alumnos del desconocimiento al conocimiento.
- Una forma del contenido de la enseñanza.⁵

Método de Enseñanza:

Métodos y técnicas de enseñanza, constituyen recursos necesarios de la enseñanza; son los vehículos de realización ordenada, metódica y adecuada de la misma. Los métodos técnicos tienen por objeto hacer más eficiente la dirección del aprendizaje, gracias a ellos, pueden ser elaborados los conocimientos, adquiridas las habilidades e incorporados con menor esfuerzo los ideales y actitudes que la escuela pretende proporcionar a sus estudiantes.⁶

² (Bandura, 2011, p. 45)

³ (Fonseca, 2010, p. 28)

⁴ (Delgado Á., 2012, p. 96)

⁵ (Vargas, 2010, p. 110)

⁶ (Mijangos, 2013, p. 36)

La metodología utilizada para la enseñanza-aprendizaje en los deportes colectivos en la Enseñanza educativa, ha ido cambiando conforme lo ha hecho la enseñanza de la iniciación deportiva. Se pasó de un enfoque tradicional en el que la enseñanza se basa en el producto y se enfatiza el aprendizaje de la habilidad (técnica) antes que la comprensión del juego, a un enfoque alternativo, basado en el proceso y que se fundamenta en la propuesta de experiencias motrices lúdicas, vinculadas al contexto real de juego desde el primer momento, con una aproximación comprensiva a los juegos deportivos (táctica).⁷

Fundamentos del fútbol

El Pase: es la acción de entregar el balón a otro jugador, con la mayor precisión posible. Pueden ser cortos, medios o largos, en función de la distancia. Según su trayectoria, serán ascendentes, descendentes, parabólicos, o al ras de suelo; y según su dirección, variarán en profundidad, lateral, retrasados y en diagonal.⁸

Conducción: Es un gesto básico e imprescindible para adquirir una buena técnica, ya que es la base para dominar el pase, la conducción y el tiro. Es necesario controlar la superficie de contacto con el balón, la suavidad del toque, la presión y el equilibrio de todo el cuerpo para conseguir la máxima eficacia.⁹

El Regate: Se utiliza para superar a uno o varios adversarios sin perder el dominio del balón. El regate se puede realizar sin finta previa, con un cambio de ritmo brusco para desequilibrar al defensor y sortearlo sin que tenga tiempo para reaccionar, o bien, con finta previa, en el que el jugador que está en posesión del balón realiza el regate en función de la reacción que previamente tiene en la defensa.

Tiro a portería: Se refiere a la acción de golpear el balón con cualquiera de las superficies de contacto permitida, en dirección al arco y con la finalidad de marcar un gol.¹⁰

Se puede tirar de diferentes formas: Punta: Se usa para tirar con la máxima potencia o para hacer vaselinas. Interior: Se usa para ajustar más el balón al lugar que quieres que vaya, de esta manera el tiro no irá tan rápido que cuando tiras de punta.

Empeine: Se realiza con la parte anterior del pie. Tacón: Se usa para sorprender al portero. Se debe de tirar a distancias próximas, porque si tiras de una distancia lejana es difícil llegar. Cabeza: Se realiza generalmente cuando el balón se aproxima a una altura en la cual un contacto con el pie o pierna no es posible.¹¹

La Recepción: Es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior. La recepción en parada es aquella en la que se consigue controlar totalmente el balón en los pies, perdiendo el componente de velocidad, pero aumentando la precisión en el manejo posterior del esférico.

La recepción en semiparada, para conseguir que el balón pierda parte de su valor inicial; la recepción de amortiguamiento, para controlar balones aéreos con trayectoria descendente, y se produce una amortiguación de la aceleración con el que se llega la pelota,

⁷ (Delgado M. , 2011, p. 22)

⁸ (Gallego & García, 2011, p. 19)

⁹ (Bedolla, 2013, p. 23)

¹⁰ (Peñas & Velasco, 2014, p. 22)

¹¹ (Peñas & Velasco, 2014, p. 29)

el control del balón puede ser al ras de suelo, o bien con la cara interna de la bota, o con la planta del pie, con la punta hacia arriba y encajando la pelota entre la planta y el suelo. En los balones altos, se debe conseguir llevar el balón al suelo con posibilidades de ser jugado adecuadamente.¹²

Las Fintas: Sirven para engañar a los adversarios ya sea de chut, pase o de conducción. Lo suelen utilizar las defensas o cualquier jugador habilidoso.

El drible o regate: Es la acción de evitar la entrada de un adversario y mantener la posesión de la pelota. Existen varios tipos de drible o regate como el de protección (acción de interponer el cuerpo entre la pelota y el oponente), el recorte (cambiar la pelota de una pierna a otra amagando el pase o tiro a puerta), el rastrillo (cambio de dirección de la pelota con la planta del pie), la bicicleta (pasar los pies alternadamente por encima de la pelota en movimiento o posición) entre otros.¹³

Presión: Consiste en estar próximo al rival para robar o quitar el balón, hay distintos tipos de presiones en medio campo, que consiste en presionar hasta el medio campo, presión máxima que estar al lado del rival, y en rombo¹⁴

Técnica

"La técnica se define como la ejecución de movimientos estructurales que obedecen a una serie de patrones tempo-espaciales modelos, que garantizan la eficiencia.

Características de la Técnica Deportiva

- Se determina a partir de la estructura funcional modelo.
- Solo puede ser aplicada por el atleta.
- La persona que la realiza se relaciona con factores tempo-espaciales.
- Tiene como finalidad la ejecución de estructuras funcionales.
- La evaluación se hace a partir de la cantidad de errores que se realicen en su ejecución con respecto a la estructura modelo.
- Exige de ejecuciones bajo determinado patrón estructural, a diferentes velocidades.¹⁵

Táctica

Juego racional y planeado que se adapta a las circunstancias para alcanzar el resultado óptimo.

La táctica nace de los problemas que plantea el juego por un lado y de las soluciones que encuentra el jugador para esos citados problemas, todo ello trasladado a la colectividad. La génesis es el juego y el jugador.¹⁶

Después de leer estas definiciones de táctica expuesta por estos autores podemos decir que la táctica: " Parte de toda aquella planificación pedagógica que involucra a los entrenadores

¹² (Peñas & Velasco, 2014)

¹³ (Bedolla, 2013)

¹⁴ (Bedolla, 2013)

¹⁵ (Bedolla, 2013, p. 85)

¹⁶ (Alvarez, 2013, p. 56)

en función de sus jugadores para dar solución a las interrogantes del juego, todo esto adaptado a los objetivos y a las circunstancias de la competición, para alcanzar el resultado óptimo", la cual parte de su clasificación y principios que van a ser determinados de antemano, haciendo de la táctica un arma eficaz para lograr altos resultados competitivos en los equipos que se preparan para competir.¹⁷

Partiendo de estas definiciones tácticas, podemos hacer otro tipo de clasificación, la cual nos prepara el camino para poder aplicar todo lo que teóricamente disponemos (La táctica Elemental).¹⁸

Táctica Elemental

El concepto dado por Árpád Csanádi y Juan Manuel Lillo sobre la táctica, este último nos dice claramente que ella nace de los problemas que plantea el juego, (los cuales son analizados con anterioridad para establecer la táctica idónea a realizar, basado en una serie de entrenamientos de carácter técnico tácticos, por un lado, los que son elaborados de manera teórica y bien planificados y tendrán tareas e indicaciones metodológicas que no se deben pasar por alto) (Táctica elemental) y continua refiriéndose a las soluciones que encuentra el jugador para esos citados problemas, todo ello trasladado a la colectividad. La génesis es el juego y el jugador (Táctica aplicada). Concuerdo claramente con estos autores, mientras que Csanádi define la táctica elemental como: "aquellos conocimientos tácticos que examinan en general, la dirección, orientación y organización del juego".¹⁹

2. Metodología

Dentro del contexto del deporte en equipo el objetivo principal del profesor o entrenador es un proceso de enseñanza-aprendizaje en lo que se refiere a la enseñanza de la práctica deportiva del fútbol, la manera en cómo se va a desempeñar con el niño o adolescentes donde se puede evidenciar cualidades las cuales deben ser aprovechadas al momento de desarrollar la práctica y mediante esto poder formar un grupo de trabajo y ampliar un esquema sistematizado donde este será una guía principal en el proceso de entrenamiento en la práctica deportiva.

La metodología aplicada está fundamentada en la investigación de campo, debido a que nos trasladamos al lugar mismo donde acontecen y se realizan las prácticas y entrenamiento del fútbol. Es de tipo exploratorio ya que mediante esto nos permitimos indagar al fenómeno investigado y de tipo cualitativa porque nos permite identificar las opiniones de la población investigada y también es cuantitativa ya que nos ayudará a determinar mediante números los resultados de la investigación.

Como instrumento de la investigación se utilizó la encuesta para determinar las opiniones y argumentos que poseen los estudiantes que practican el deporte del fútbol.

Dentro de la población de la investigación participaron 74 estudiantes de los décimos y primer año de bachillerato, así como también 10 docentes de la Unidad Educativa Hispano América Cabe indicar que el PEA (Proceso de Enseñanza Aprendizaje).

Se utilizó método del Chi cuadrado y mediante el cálculo de la frecuencia calculada y tabulada se determinó el resultado de la comprobación de la hipótesis.

3. Resultados y discusión

¹⁷ (Beltrán, 1991, p. 38)

¹⁸ (Alvarez, 2013, p. 39)

¹⁹ (Alcacer, 2012, p. 112)

Los resultados obtenidos se han extraído del análisis de los datos recogidos de la encuesta realizada a los estudiantes, también por el análisis cualitativo de los porcentajes los cuales también se detallaron de forma cualitativa.

A continuación, se mencionará como los estudiantes realizaron la práctica de fútbol de forma recreativa así las clases serán con mayor motivación.

Los resultados del enfoque de la enseñanza están basados en un proceso orientado a la formación de personas de manera progresiva también se ve reflejado un interés recreativo competitivo los que se hacen un énfasis mayor en individuos de menor y mayor edad respectivamente teniendo similitud con lo que manifiesta, cuando indica la existencia de dos métodos muy importantes en el proceso de enseñanza formativo-recreativo, y competitivo lo que ayudará a la formación del deportista.²⁰

Tener datos de la condición física de cada jugador es muy importante a la hora de programar nuestro entrenamiento. Es recomendable realizar al inicio de la competición, y luego de forma regular cada dos meses o adaptándolo a los parámetros de la competición.

Al inicio de la competición supone una herramienta muy buena para determinar la evaluación y valoración de cada jugador y posteriormente la evolución de los mismos en relación a los objetivos propuestos.

El test de Cooper, El Dr. Kenneth Cooper jamás imaginó por aquellos turbulentos días de 1968, que su prueba para determinar el consumo máximo de oxígeno estaba destinada a convertirse en una de las evaluaciones deportivas más conocidas de todo el mundo.

TEST de COOPER: 12´ minutos y vemos la distancia conseguida. Hay que usarla al principio de la temporada o competencia

- Menos de 1600 m. Malo
- 1600 - 2000 m. Muy Pobre
- 2000 - 2400 m. Pobre
- 2400 - 2800 m. Aceptable
- 2800 - 3000 m. Bueno
- 3000 - 3200 m. Muy Bueno
- Más de 3200 m. Excelente

En lo personal, creo que se trata de una prueba que permite un buen control sobre la evolución del entrenamiento.

test de Cooper: esta prueba se puede realizar en una pista o una cancha de fútbol, con un número de 10 jugadores señalando la línea de partida y a la señal de entrenador salen. Se marca con una raya cada vez que atraviesen la línea de partida, al final se cuenta el número de veces atravesados y los metros que pudo haber recorrido. Para determinar el número exacto de metros se multiplica número de vueltas por metros que tiene la pista, más los metros que pudo recorrer.

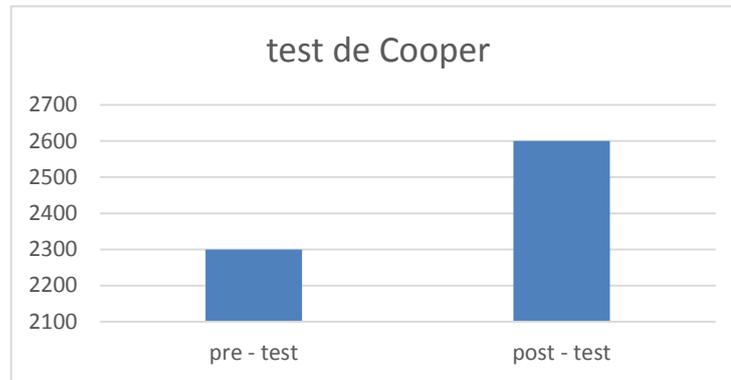
El objetivo es determinar el consumo máximo de oxígeno mediante es esfuerzo continuo por espacio de 12 minutos.

²⁰ (Rivas, 2013, pág. 35)

Fórmula para consumo de oxígeno:

$$\text{Vox máx.} = (\text{distancia recorrida} - 504) \cdot (1)$$

pre - test	test	post -
2300	2600	-



Fuente: Investigador

Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

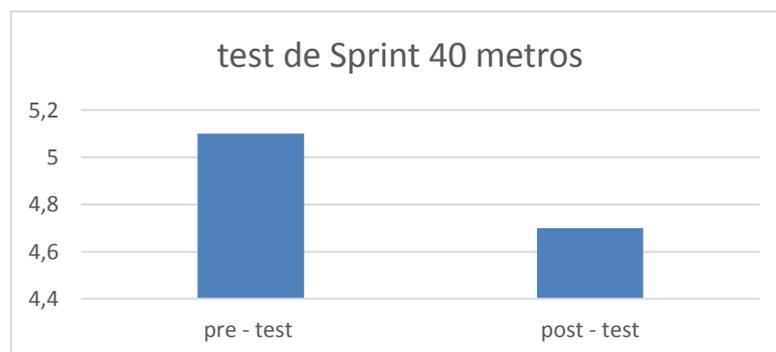
Test de Sprint Bangsbo (Adaptación de “El Yo-Yo test” para el fútbol). Esta prueba nos permite evaluar la capacidad que tiene el jugador de repetir carreras a máxima velocidad, obteniendo al final del test el mejor tiempo entre los sprint realizados, el tiempo medio entre todas las repeticiones y el índice de fatiga.

El test de sprint mide tu velocidad y rapidez de movimiento en una determinada distancia predefinida, normalmente empieza desde 40 metros o 50 metros cada sprint.

Test 40 metros: se realiza cuando el deportista este en la posición de salida de pie y cuando el entrenador esté listo con el cronometro y el pito. Una vez dado la orden el deportista sale a toda velocidad tratando de hacer el menor tiempo posible, donde el deportista tiene 2 oportunidades para realizarlos y es válido el mejor tiempo que se toma en segundos y centésimas.

El objetivo es evaluar la velocidad de desplazamiento en una distancia de 40 metros o 50 metros.

pre - test	test	post -
5,1	4,7	-



Fuente: Investigador
Elaborado por: BORJA, Diego (2016)

En este estudio se ha analizado los aspectos de la preparación física para mejorar la condición física de los deportistas, mediante la aplicación de un entrenamiento de 4 semanas de duración que se encontraba enfocado en los trabajos de condición física, técnicos-tácticos tanto individual como colectivo, desarrollado con los deportistas de fútbol categoría intermedia. Como primordial hallazgo verificamos que se produce un mejoramiento de valores en las distintas pruebas de condición física utilizadas en el test de Cooper, 40 metros, mejorando la condición física de todos los jugadores.

Por otro lado, la preparación física se subdivide en el entrenamiento de las capacidades de resistencia fuerza, velocidad y flexibilidad. Aspectos que son el punto principal para mejorar la condición física del jugador.²¹

En el fútbol actual la velocidad es una de las cualidades que tiene mayor importancia, pues las acciones técnicas requieren cada vez más la participación de esta cualidad.²²

Los autores mencionan que la preparación física ayuda a mejorar las condiciones físicas como: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, también en lo técnico, táctico tanto individual como colectivo del equipo, mi aporte concordando con los diferentes autores de esta investigación es dar a conocer a los deportistas como a los entrenadores sobre la adecuada aplicación de la preparación física con el uso de un adecuado entrenamiento para la mejora del rendimiento y el éxito deportivo en los deportistas.

4. Conclusiones

Tomando en consideración lo investigado y teniendo en cuenta la enseñanza del fútbol se puede evidenciar que el uso constante de métodos como el de mando directo y mixto para facilitar el proceso de enseñanza del fútbol en instituciones educativas coincide con autores que se han mencionado dentro de la investigación los cuales manifestaron la eficacia del uso de métodos en las clases de cultura física.

Es importante seguir el plan de clases que se debe haber trazado para así alcanzar los objetivos planteados, dentro de la unidad educativa donde se aplicó los métodos de enseñanza-aprendizaje.

Se pudo observar que los Estudiantes reciben las clases con mayor motivación acerca de la Práctica de Fútbol de forma recreativa lo que conlleva que presten interés y atención a las clases.

²¹ (Villamarin, 2011, pág. 56)

²² (Goma, 2011, pág. 37)

Tema: Metodológica de enseñanza del fútbol para la práctica deportiva.

Tabla 30: Modelo Operativo

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	TIEMPO
Dar a conocer a través de charlas, el Manual Metodológico propuesto y sus beneficios	Fundamentos técnicos, desarrollo motriz, sesión de entrenamientos, preparación física y técnica del fútbol	Socialización del Manual a las autoridades, docentes y estudiantes de la Unidad Educativa.	Se cuenta con un data show, una portátil y con el Manual en dispositivo magnético para ser proyectado ante los docentes y estudiantes.	Investigador, autoridades, docentes y estudiantes de la Unidad Educativa Hispano América	En el año 2016 o cuando lo dispongan las Autoridades de la Unidad Educativa, se realizará en el salón de actos de la Institución

FUENTE: Investigador

ELABORADO POR: BORJA, Diego (2016)

5. REFERENCIAS

Bibliografía

- Alcacer, J. y. (2012). *Combatir y neutralizar. Principios ofensivos y defensivos.*
- Alvarez, A. (2013). *Estrategia, Táctica y Técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos.* Buenos Aires,.
- Arias. (2005). "Enseñanza y Aprendizaje". Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Bandura, A. (2011). *Aprendizaje Social.*
- Bedolla, A. (Mayo de 2013). *Estrategia, Táctica y Técnica.* Recuperado el 2 de abril de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm>
- Beltrán, F. (1991). *Iniciación al Fútbol Sala-Técnica y planificación.* Zaragoza: CEPID.
- COMENIO, J. (2000). *Didáctica Magna.* Porrúa.
- Delgado, Á. (2012). *Educación física y estilos de enseñanza.* España.
- Delgado, M. (2011). *Los estilos de enseñanza en educación física.*
- Fonseca, G. (2010). *Futsal: Metodología de Ensino.* Caxias do Sul.: EDUCS.
- Gallego, J., & García, A. (2011). *Futbol sala tactica defensiva.* Barcelona: Adventures Works.
- García, G. P. (2013). *Corporación Deportiva Fénix.*
- Goma. (2011).
- Herrera, O. (2012). *Futsal: Principios generales del juego.* Barcelona.
- Mijangos, A. (20 de Enero de 2013). *Metodos de Enseñanza- Clasificacion.* Recuperado el 2 de abril de 2016, de <http://www.monografias.com/trabajos15/metodos-ensenanza/metodos-ensenanza.shtml>
- Peñas, J., & Velasco, J. (2014). *ENTRENAMIENTO DE BASE EN FÚTBOL SALA.* Lima.
- Rivas, M. (2013). *Guía didáctica para la enseñanza del futbol Niños y.*
- THORPE, R. Y. (2011). *Landmarks on our way to .teaching for understanding.*
- Vargas, A. (15 de Febrero de 2010). *Metodos de enseñanza- Aprendizaje.*

ANEXOS

Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Carrera de Cultura Física- Modalidad Presencial



ANEXO 1

Encuesta dirigida a los Docentes

Objetivo:

- Determinar cómo influye la enseñanza de fútbol en el rendimiento deportivo.

Indicaciones Generales:

- Marque con una X a respuesta de su preferencia
- No se aceptan tachones, borradores o enmendaduras

Pregunta 1.- ¿Será importante la enseñanza del fútbol para la Actividad Deportiva en la Unidad Educativa Hispano América?

SI () NO ()

Pregunta 2.- ¿Será importante la aplicación de una metodología para PEA (Proceso Enseñanza Aprendizaje) de fútbol para las competencias Intercolegiales?

SI () NO ()

Pregunta 3.- ¿Cree usted que la práctica del fútbol se puede realizar de forma recreativa?

SI () NO ()

Pregunta 4.- ¿Será importante realizar un plan de entrenamiento para potenciar sus cualidades?

SI () NO ()

Pregunta 5.- ¿Los Sistemas de Juego influyen en el Rendimiento Deportivo?

SI () NO ()

Pregunta 6.- ¿La práctica Deportiva forma parte de la Educación Integral del educando?

SI () NO ()

Pregunta 7.- ¿La práctica deportiva ayuda al desarrollo físico y mejora la calidad de vida?

SI () NO ()

Pregunta 8.- ¿Cree usted que la práctica deportiva eleva el nivel competitivo en los Torneos Intercolegiales de la Provincia?

SI () NO ()

Pregunta 9.- ¿Considera que la Práctica Deportiva ayuda al desarrollo de la Actitud y Aptitud del deportista?

SI () NO ()

Pregunta 10.- ¿La práctica deportiva ayuda a la masificación y a potenciar la calidad de vida en la sociedad?

SI () NO ()

¡GRACIAS POR SU COLABORACION!

Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Carrera de Cultura Física- Modalidad Presencial



ANEXO 2

Encuesta dirigida a los Estudiantes

Objetivo:

- Determinar cómo influye la enseñanza de futsal en el rendimiento deportivo.

Indicaciones Generales:

- Marque con una X a respuesta de su preferencia
- No se aceptan tachones, borrones o enmendaduras

Pregunta 1.- ¿Será importante la enseñanza del futsal para mejorar la actividad deportiva?

SI () NO ()

Pregunta 2.- ¿La metodología Aplicada en el PEA (Proceso de Enseñanza Aprendizaje) de futsal será importante para la competencia?

SI () NO ()

Pregunta 3.-¿Cree Usted que la práctica del futsal se puede realizar de forma recreativa?

SI () NO ()

Pregunta 4.- ¿Será importante realizar un plan de entrenamiento para potenciar sus cualidades?

SI () NO ()

Pregunta 5.-¿Los Sistemas de Juego influyen en el Rendimiento Deportivo?

SI () NO ()

Pregunta 6.- ¿La práctica Deportiva forma parte de la Educación Integral del educando?

SI () NO ()

Pregunta 7.- ¿La práctica deportiva ayuda al desarrollo físico y mejora la calidad de vida?

SI () NO ()

Pregunta 8.- ¿Cree usted que la práctica deportiva eleva el nivel competitivo en los torneos?

SI () NO ()

Pregunta 9.- ¿Considera usted que a práctica Deportiva ayuda al desarrollo de la conducta?

SI () NO ()

Pregunta 10.- ¿Usted cree que la práctica deportiva ayuda a la integración institucional?

SI () NO ()

¡GRACIAS POR SU COLABORACION!