



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE 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:**

---

**LOS BLOG VIRTUALES Y SU INCIDENCIA EN LA CAPACITACIÓN EN  
TÉCNICAS DE FUTBOL A LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FRAY  
VICENTE SOLANO DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO-  
OCTUBRE 2010.**

---

**AUTOR: Cruz Guevara Edwin Joel**

**TUTOR: Ing. Fernando Javier Carrillo Sarabia**

**Ambato – Ecuador**

**2010**

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS  
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

La comisión de estudio y calificación del informe del trabajo de Graduación o Tabulación, sobre el tema:**LOS BLOG VIRTUALES Y SU INCIDENCIA EN LA CAPACITACIÓN EN TÉCNICAS DE FUTBOL A LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FRAY VICENTE SOLANO DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO-OCTUBRE 2010.**Presentado por el Sr.**Cruz Guevara Edwin Joel**, egresado de la Carrera de Cultura Física promoción Marzo 2010 – Septiembre 2010, una vez realizada la investigación, aprueba con la calificación de 9,8 nueve punto ochoreúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglaméntales establecidos.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante el organismo pertinente, para los trámites pertinentes.

**LA COMISIÓN**

.....  
**Ing. MSc. Ivone Beatriz Llerena Freire**  
**MIEMBRO**

.....  
**Lcdo. Wilmer Alejandro Jordán Gordonez**  
**MIEMBRO**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN**

### **CERTIFICA:**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema:

**LOS BLOG VIRTUALES Y SU INCIDENCIA EN LA CAPACITACIÓN EN TÉCNICAS DE FUTBOL A LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FRAY VICENTE SOLANO DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO-OCTUBRE 2010.** Desarrollado por el egresado **Cruz Guevara Edwin Joel**, 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 de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

**Ambato, Octubre del 2010**

-----  
**Ing. Fernando Javier Carrillo Sarabia**

**1803126398**

**TUTOR**

## **TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

### **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

El presente proyecto de investigación **LOS BLOG VIRTUALES Y SU INCIDENCIA EN LA CAPACITACIÓN EN TÉCNICAS DE FUTBOL A LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FRAY VICENTE SOLANO DEL CANTÓN PELILEO EN EL PERIODO JUNIO-OCTUBRE 2010**, elaborado por quien suscribe la presente, declara que los análisis, opiniones y comentarios que constan en este Trabajo de Graduación son de exclusiva responsabilidad legal y académica de autor.

Ambato, 31 de Octubre del 2010.

---

**Cruz Guevara Edwin Joel**

C.C:180386683-7

AUTOR

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE: CULTURA FÍSICA**

**RESUMEN EJECUTIVO**

**TEMA:** “Los blog virtuales y su incidencia en la capacitación en técnicas de fútbol a los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del cantón Pelileo en el periodo junio-octubre 2010.”

**AUTOR:**Cruz Guevara Edwin Joel

**TUTOR:**Ing. Fernando Javier Carrillo Sarabia

**RESUMEN**

Habitualmente, en cada artículo de un blog, los lectores pueden escribir sus comentarios y el autor darles respuesta, de forma que es posible establecer un diálogo. No obstante es necesario precisar que ésta es una opción que depende de la decisión que tome al respecto el autor del blog, pues las herramientas permiten diseñar blogs en los cuales no todos los internautas -o incluso ninguno- puedan participar agregando comentarios. El uso o tema de cada blog es particular en mi caso sobre técnicas del futbol aplicado a los alumnos de la escuela en la cual se realiza la investigación, llamar la atención y así que asimilen los conocimientos a través de la computadora es el objetivo principal.

## **DEDICATORIA**

*A Dios a mis padres que me apoyaron en todos los momentos de mi vida.*

*A los Docentes de mi querida Carrera de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato que me brindaron sus valiosos conocimientos.*

*Cruz Guevara Edwin Joel*

## **AGRADECIMIENTO**

*A Dios, que me ha dado sabiduría para conseguir la culminación de mis metas propuestas.*

*Amis padres, hermanos por creer y confiar en todas las decisiones que he tomado en la vida y por que supieron comprender el esfuerzo realizado en este tiempo.*

*A la Universidad Técnica de Ambato y a la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, que me brindo la oportunidad para realizar mis estudios, por su generosidad y el soporte institucional dado para la realización de este trabajo.*

*A mis maestros por sus consejos y por compartir desinteresadamente sus amplios conocimientos y experiencia.*

*Cruz Guevara Edwin Joel*

## ÍNDICE

PORTADA	i
APROBACIÓN DEL TUTOR	iii
TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN	iv
RESUMEN EJECUTIVO	v
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	2
<b>1.1. Tema</b>	2
<b>1.2. Planteamiento del Problema</b>	2
<b>1.2.1. Contextualización</b>	2
Contextualización Meso	3
Contextualización Micro	3
<b>1.2.2. Análisis Crítico</b>	4
<b>1.2.3. Prognosis</b>	5
<b>1.2.4. Formulación del problema</b>	5
<b>1.4. Objetivos</b>	8
<b>1.4.1. Objetivo General</b>	8
<b>1.4.2. Objetivo Específico</b>	8
CAPÍTULO II	9
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1. Antecedentes Investigativos	9
2.4. Fundamentación Ontológica	10
2.5. Fundamentación Epistemológica	10
2.6. Fundamentación Científica	11
2.7. Fundamentación Legal	11
2.9. Hipótesis	33
CAPITULO III	34
3. METODOLOGÍA	34



<b>3.1. Modalidad Básica De La Investigación</b> -----	34
<b>3.3. Población y Muestra</b> -----	1
<b>3.8. Plan De Procesamiento De La Información</b> -----	2
<b>CAPITULO IV</b> -----	3
<b>4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b> -----	3
4.1. Análisis de los resultados (encuesta, entrevista) -----	3
4.2. VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS -----	24
<b>CAPÍTULO V</b> -----	25
<b>5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> -----	25
5.1. CONCLUSIONES -----	25
5.2. RECOMENDACIONES -----	26
<b>CAPITULO VI</b> -----	27
<b>6. PROPUESTA</b> -----	27

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Árbol de Problemas-----	4
Ilustración 2: Categorías fundamentales-----	12
Ilustración 3: INFORMÁTICA-----	14
Ilustración 4: NTIC'S -----	15
Ilustración 5: INTERNET-----	16
Ilustración 6: inter-escolares -----	18
Ilustración 7: Participaciones-----	19
Ilustración 8: Futbol -----	20
Ilustración 9: Deporte -----	21
Ilustración 10: Técnicas de Futbol-----	22
Ilustración 11: Pateo -----	22
Ilustración 12: Disparos-----	23
Ilustración 13: Boleas -----	25
Ilustración 14: Diferentes Formas de Patear el Balón-----	25
Ilustración 15: Manejo del Balón-----	26
Ilustración 16: Recepción -----	26
Ilustración 17: Control -----	27
Ilustración 18: Cabecear-----	28
Ilustración 19: Cabeceo Normal -----	29
Ilustración 20: Cabeceo en Picada -----	29
Ilustración 21: Drible en el Fútbol-----	30
Ilustración 22: Marcación -----	31
Ilustración 23: Tapando en el Fútbol -----	32
Ilustración 24: Diferentes métodos de controlar el balón -----	33
Ilustración 25: Tipos de Investigación-----	3
Ilustración 26: Variable Independiente-----	2
Ilustración 27: Variable Dependiente -----	3
Ilustración 28: Cronograma-----	35

## INTRODUCCIÓN

Dentro del Cantón Pelileo y más en la escuela Fray Vicente Solano el fútbol nos sorprende y emociona desde que tenemos uso de razón; es decir, desde que comenzamos a gozar del juego. Altas dosis de alegría y en ocasiones cierto grado de sufrimiento, nos cautivan para seguir día a día en búsqueda de conocimientos para enriquecer este deporte.

El fútbol como fenómeno deportivo, no se encuentra concluido, pues, fuera de no ser ciencia exacta, puede ser practicado por personas sin el más mínimo conocimiento de él o por acróbatas que alcanzan la excelencia en acciones que encuentran el gusto por el juego.

En nuestras vivencias cotidianas surgen interrogantes en torno al fútbol y en especial a lo que se refiere a la selección de jugadores que puedan enfrentar el difícil mundo de la competencia para esto debemos preocuparnos por los estudiantes y mejorar desde su corta edad sus técnicas en el Fútbol, donde los criterios están sustentados en bases teóricas, permitiendo que tengan más validez que los conceptos basados en la mala suerte o la espontaneidad.

A raíz de este interrogante se desarrolla el presente proyecto de investigación que pretende brindar algunos elementos como los Blogs Virtuales que permitan seguir aportando al fútbol bases para formar y obtener estudiantes con mejores técnicas con una buena capacidad de juego y que permitan tener la capacidad de seleccionar en un futuro futbolistas aptos para las competencias que impliquen un alto rendimiento. Para alcanzar ese propósito, se describen los componentes de un blog, el proceso para su elaboración, las características que lo hacen un potencial recurso en los procesos de enseñanza y aprendizaje de técnicas de fútbol y se dan a conocer algunos métodos, con lo cual se pretende incentivar la creación de blogs educativos por parte de docentes y estudiantes esto se llevara a cabo en el periodo Junio – Octubre 2010.

## **CAPÍTULO I**

### **EL PROBLEMA**

#### **1.1.Tema**

Los blog virtuales y su incidencia en la capacitación en técnicas de fútbol a los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del cantón Pelileo en el periodo Junio-Octubre 2010.

#### **1.2.Planteamiento del Problema**

##### **1.2.1. Contextualización**

###### **Contextualización Macro**

Para poder incentivar la práctica del fútbol deben ser dadas a conocer los problemas que existen constantemente a nivel mundial, ya que como nosotros sabemos en algunos países hay bajos recursos económicos y por ende el fútbol no se practica constantemente y peor se enseña de forma correcta las técnicas del Fútbol, este es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de 11 jugadores cada uno y un árbitro que se ocupa de que las normas se cumplan correctamente.

El objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo para intentar ubicarla dentro de la meta contraria, acción que se denomina gol. Para esto todo jugador debe reunir cualidades

esenciales y tener una habilidad notable en técnicas del Fútbol lo cual a nivel mundial se enseñan en escuelas creadas con este fin y en nuestro país la Federación Ecuatoriana de Fútbol es una Corporación de derecho privado que tiene bajo su responsabilidad la planificación, dirección y control de este deporte, sujeto a los reglamentos y estatutos de la FIFA.

### **Contextualización Meso**

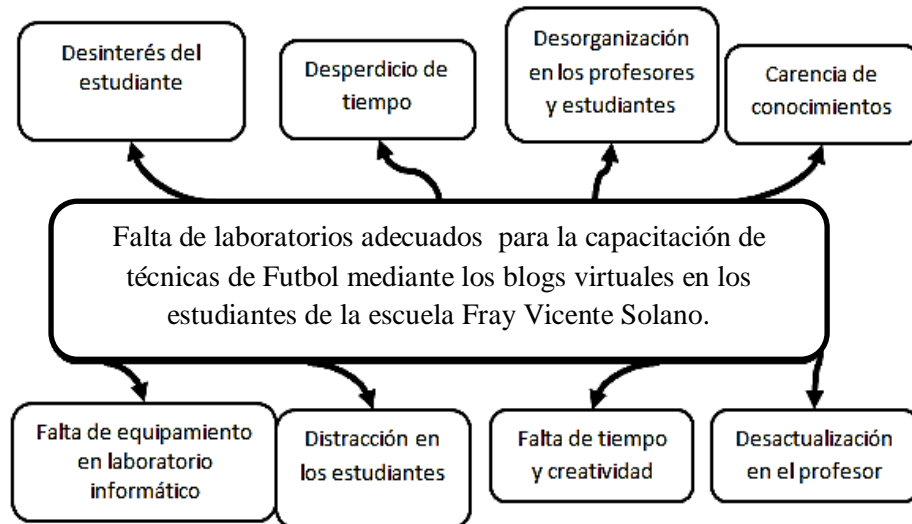
Dentro de la provincia de Tungurahua actualmente existen equipos que participan en el campeonato nacional de Fútbol profesional los cuales no rinden con lo esperado por los entrenadores ya que algunos de ellos no cuenta con técnicas de fútbol suficiente para desenvolverse de mejor manera en el campo de juego esto se debe a que desde pequeños no tuvieron una formación inicial correcta y el espacio deportivo adecuado, con esto se observa claramente si queremos mejorar los rendimientos deportivos y las posibles acciones que puede realizar con una capacitación en técnicas de fútbol debemos buscar fuentes de enseñanza que vayan acorde a la sociedad actual es por esto que en este proyecto se propone una enseñanza a través de los blogs virtuales.

### **Contextualización Micro**

Con las falencias que tienen los jugadores a nivel de la provincia podemos observar claramente que dentro de nuestro cantón existe una mala práctica deportiva y más aún una falta de conocimientos de técnicas del Fútbol es por esto que tomamos a la Escuela “ Fray Vicente Solano” para desarrollar un plan correctivo acerca de una mejor enseñanza en técnicas de Fútbol, basándonos en los Blogs virtuales como una herramienta de enseñanza.

## 1.2.2. Análisis Crítico

### EFFECTOS



### CAUSAS

Ilustración 1: Árbol de Problemas

Elaborado Por: Edwin Joel Cruz Guevara

La preparación técnica en el fútbol no ha sido llevada a cabo hasta hoy por la falta de equipamiento informático en la Institución.

Debemos empezar por incentivar a los niños en las técnicas de Fútbol con nuevas perspectivas con lo que podemos lograr un mejor desempeño de las actividades referentes a las técnicas del Fútbol guiadas por el profesor de Cultura Física y los blog virtuales que se crearan para orientación del niño en intensidades de acuerdo al avance de los estudiantes en su preparación Técnica. De tal manera que sea una actividad de beneficio para el estudiante y de utilidad para un futuro cercano. El desenvolvimiento en medio de la preparación técnica del estudiante obliga al profesor a mantenerse actualizado en sus conocimientos y así el niño muestra interés, aprecio y ganas de aplicar las técnicas dentro del Fútbol compartiendo sus experiencia en la web con otros niños y personas que conozcan en sobre el tema.

### **1.2.3. Prognosis**

Dada la situación en el medio que se encuentra ubicada la institución, la práctica del fútbol se desarrolla de manera insuficiente e inadecuada, donde no se emplean las técnicas peor aún sus fundamentos, y la planificación de los mismos no existen. Los estudiantes devén tener conocimiento que existen formas de contactarse mediante la tecnología por medio de los Blogs Virtuales para poderse capacitar sin necesidad de tener un profesor particular o un entrenador en esta disciplina.

Por consiguiente como consecuencia de este problema no tendremos muchos estudiantes que practiquen este deporte, y si no se les capacitan correctamente con charlas motivadoras los estudiantes sufrirán cambios psicológicos y no tendrán un rendimiento aceptable en los encuentros inter-escolares. No solo son los beneficios que esta brinda sino por un cambio de vida que ellos necesitan para prevenir futuros fracasos en la práctica de las técnicas fútbol.

La utilización de los Blogs Virtuales ayuda a mejorar el desarrollo de las Técnicas en el Fútbol y con esto el problema desaparece ya que con estos ayudamos a mejorar su habilidad dentro del deporte que cada día crece más y más como lo es el Fútbol en los estudiantes ayudara al desempeño en las competencias Inter-escolares y en su futura vida deportiva.

### **1.2.4. Formulación del problema**

¿De qué manera incide el uso de los blogs virtuales en la capacitación de técnicas del fútbol en los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del Cantón Pelileo en el periodo Junio-Octubre 2010?

### 1.2.5. Interrogantes de la investigación

¿Con el uso de los blogs virtuales ayudamos a la capacitación de técnicas del Fútbol?

¿Cuáles son los fundamentos técnicos de mayor incidencia en el Fútbol?

¿Dispongo del tiempo necesario para realizar una buena capacitación?

¿Estarán los niños en posibilidad de desenvolverse satisfactoriamente frente al computador?

¿Se tiene el apoyo de la escuela para el cumplimiento de objetivos con la utilización del aula de computación?

¿Están los niños con suficientes conocimientos informáticos como para asimilar la explicación de sobre los técnicas del fútbol a través de los blogs virtuales?

¿Se cuenta con los recursos económicos suficientes para el cumplimiento de este proyecto?

### 1.2.6. Delimitación De La Investigación

**Campo:** Deportivo.

**Área:** Cultura física.

**Aspectos:** La capacitación en las técnicas del futbol mediante la ayuda de blogs virtuales.

**Delimitación Espacial:** Niños de Primero a Séptimo Año de Educación Básica de la Escuela “Fray Vicente Solano”

**Delimitación Temporal:** Periodo Junio-Octubre 2010

**Unidades de Observación:** Se realizó un cuestionario acerca de blogs virtuales y técnicas de estudio a un 80% del total de los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del cantón Pelileo,



### **1.3. Justificación**

El desarrollo del presente trabajo de investigación se constituye en la posibilidad concreta de enfrentar y dar solución a los problemas educativos en ámbito deportivo en el Fútbol aplicando técnicas con el avance de la tecnología pues va a permitir afrontar críticamente los modos de hacer y actuar frente a las técnicas y el desenvolvimiento particular de los alumnos, que sean capaces de responder a las demandas deportivas de la sociedad.

Se formula el trabajo de investigación para la capacitación ayudándonos de los blogs virtuales los cuales se aplicaran a los estudiantes de Primero a Séptimo Año de Educación Básica de la Escuela “ Fray Vicente Solano” del Cantón Pelileo en el periodo Junio – Octubre, 2010 convencidos que es necesario fortalecer el proceso enseñanza aprendizaje de las técnicas del Fútbol apoyándose en blog virtuales por lo que es de gran interés el desarrollo de la presente con el fin de conocer las falencias que se dan en el proceso de inter-aprendizaje del Fútbol en la institución.

El docente profesional de cultura física debe constituirse en un aporte dentro de la ciencia puesto que el proceso enseñanza - aprendizaje del Fútbol y sus fundamentos deben ser integrados y constituye un reto que aplicado con la seriedad del caso concretizará lo propuesto.

Es importante conocer y analizar que el Fútbol debe darse en forma teórica - practica y que mediante este deporte se mantendrá la salud mental y física, estas cualidades deben estar integradas ya que tienen una gama de contenidos para el fortalecimiento de los conocimientos y de las actividades deportivas.

Una de las mejores características de los blogs virtuales, es que no necesitas tener conocimientos avanzados o técnicos en cuestión de Internet, programación o computación. Y una de las mejores cosas más importantes de un blog es que Tú eres el editor. Tú decides que publicar, no necesitas pedir permiso a nadie, como sería en el caso de un periódico, revista o noticiero. Pero si tu blog es gratuito, tendrás que apegarte a los lineamientos que te exija la compañía que te brinda el servicio, de otra manera te pueden borrar tu blog, y con ello toda la información que hayas publicado hasta ese entonces es decir el desarrollo de nuestro trabajo sería en vano.

## **1.4.Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

- Ilustrar mediante el uso de los blogs virtuales las técnicas del fútbol en los estudiantes de la Escuela “Fray Vicente Solano” del cantón Pelileo.

### **1.4.2. Objetivo Específico**

- Analizar las técnicas del fútbol en el rendimiento de los estudiantes de la Escuela “Fray Vicente Solano” del cantón Pelileo.
- Determinar las habilidades, destrezas y técnicas del fútbol en el rendimiento de los estudiantes de la Escuela “Fray Vicente Solano” del cantón de Pelileo.
- Elaborar la Propuesta con un plan de trabajo para la capacitación de las técnicas del fútbol mediante el uso de los blogs virtuales para mejorar el rendimiento de las estudiantes de la Escuela “Fray Vicente Solano” del cantón de Pelileo.

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes Investigativos**

Se debe destacar que dentro de las Instituciones Educativas existentes dentro del cantón Pelileo y aún más específicamente en la Escuela Fray Vicente Solano no se ha encontrado registro de investigación similares, tampoco existe este tipo de investigación en la escuela antes mencionada; por lo que se considera que esta investigación es original y pionera en la institución.

#### **2.2. Fundamentación Filosófica**

Esta investigación está sustentada en el paradigma crítico positivamente por ser de carácter cualitativo.

Señalamos que es crítico porque cuestiona la situación actual, la realidad de las medidas sustantivas frente a la prisión preventiva y la incidencia de los blogs virtuales en la capacitación en las técnicas de fútbol a los estudiantes de la escuela "Fray Vicente Solano del cantón Pelileo en el periodo Junio-Octubre 2010"

### **2.3.Fundamentación Pedagógica**

El proyecto en su primera fase intenta desarrollar unidades didácticas, por lo que básicamente se centra en uno de los aspectos más importantes de cualquier planteamiento didáctico; los recursos para enseñar y aprender.

Es evidente que cuando se planifica una acción formativa, los recursos de los que se dispone o los que se plantea utilizar, condicionarán en parte la metodología que se utiliza, el cambio de metodología para la enseñanza y el aprendizaje de las técnicas del fútbol en niveles educativos es un objetivo al que se llegará como consecuencia de la inclusión de los recursos que este proyecto desarrolla y también de la utilización de software que capacite como uno de los elementos que facilitará el aprendizaje de los alumnos de la escuela Fray Vicente Solano del Cantón Pelileo.

### **2.4.Fundamentación Ontológica**

Podemos encontrarnos con interrogantes dentro del presente trabajo como ¿Existe personal capacitado dentro de la institución para enseñar las técnicas del fútbol mediante blogs virtuales?, ¿los conocimientos actuales de los docentes son suficientes para capacitar al estudiante? Es tarea contestar durante el desarrollo del trabajo investigativo estas interrogantes.

### **2.5.Fundamentación Epistemológica**

Como teoría del conocimiento, se ocupa de problemas tales como las circunstancias históricas, psicológicas y sociológicas que llevan a su obtención, y los criterios por los cuales se lo justifica o invalida. Es de reciente creación, ya que el objeto al que ella se refiere es también de reciente aparición tomando en cuenta que nunca antes nadie había

realizado una capacitación en técnicas del fútbol con recursos didácticos como los blogs virtuales.

## **2.6.Fundamentación Científica**

Utilizaremos la fundamentación científica ya que necesitamos dar conceptos, características además las fases del proceso de la investigación deben ser: lógica, metodológica, técnica y teórica. Los tipos de investigación: pura, aplicada, exploratoria, descriptiva, explicativa, documental, de campo, experimental, cuantitativa y cualitativa por tal razón es indispensable este tipo de fundamentación.

## **2.7.Fundamentación Legal**

### **De la constitución**

#### **Sección sexta**

#### **Cultura física y tiempo libre**

**Art. 381.-** El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

**Art. 382.-** Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley.

**Art. 383.-** Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.

## 2.8.Categorías Fundamentales

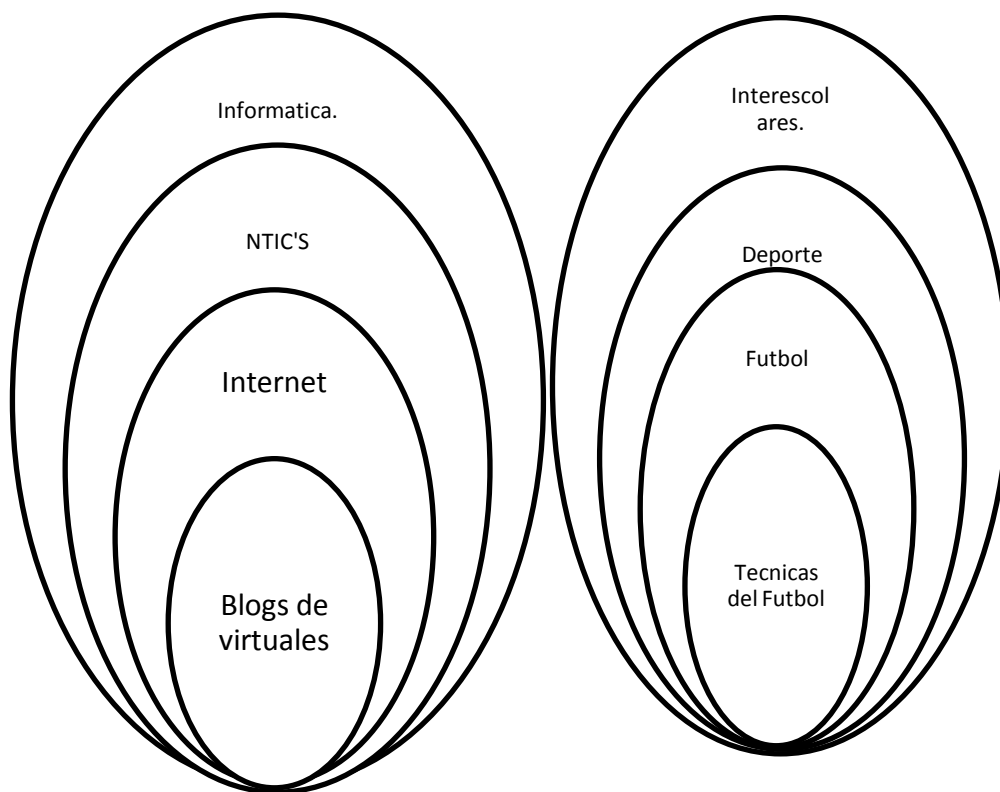


Ilustración 2: Categorías fundamentales

VARIABLE INDEPENDIENTE ↔ VARIABLE DEPENDIENTE

Elaborado por: Edwin Joel Cruz Guevara.

**Informática.-**Es la ciencia aplicada que abarca el estudio y aplicación del tratamiento automático de la información, utilizando sistemas computacionales

generalmente implementados como dispositivos electrónicos. También está definida como el procesamiento automático de la información.

Conforme a ello, los sistemas informáticos deben realizar las siguientes tres tareas básicas:

- ❖ Entrada: captación de la información.
- ❖ Proceso: tratamiento de la información.
- ❖ Salida: transmisión de resultados.

En los inicios del procesado de información, con la informática sólo se facilitaban los trabajos repetitivos y monótonos del área administrativa. La automatización de esos procesos trajo como consecuencia directa una disminución de los costes y un incremento en la productividad. En la informática convergen los fundamentos de las ciencias de la computación, la programación y metodologías para el desarrollo de software, la arquitectura de computadores, las redes de computadores, la inteligencia artificial y ciertas cuestiones relacionadas con la electrónica. Se puede entender por informática a la unión sinérgica de todo este conjunto de disciplinas.

Esta disciplina se aplica a numerosas y variadas áreas del conocimiento o la actividad humana, como por ejemplo: gestión de negocios, almacenamiento y consulta de información, monitorización y control de procesos, industria, robótica, comunicaciones, control de transportes, investigación, desarrollo de juegos, diseño, computarizado, aplicaciones/herramientas multimedia, medicina, biología, física, química, meteorología, ingeniería, arte, etc. Una de las aplicaciones más importantes de la informática es proveer información en forma oportuna y veraz, lo cual, por ejemplo, puede tanto facilitar la toma de decisiones a nivel gerencial (en una empresa) como permitir el control de procesos críticos.

Actualmente es difícil concebir un área que no use, de alguna forma, el apoyo de la informática. Ésta puede cubrir un enorme abanico de funciones, que van desde las más simples cuestiones domésticas hasta los cálculos científicos más complejos.

Entre las funciones principales de la informática se cuentan las siguientes:

Creación de nuevas especificaciones de trabajo.

Desarrollo e implementación de sistemas informáticos.

Sistematización de procesos.

Optimización de los métodos y sistemas informáticos existentes.

El informática proviene del francés *informa tique*, acuñado por el ingeniero Philippe Dreyfus para su empresa «Société d'Informatique Appliquée» en 1962. Pronto adaptaciones locales del término aparecieron en italiano, español, rumano, portugués y holandés, entre otras lenguas, refiriéndose a la aplicación de las computadoras para almacenar y procesar la información.

Es un acrónimo de las palabras información y autèntique (información automática). En lo que hoy día conocemos como informática confluyen muchas de las técnicas, procesos y máquinas (ordenadores) que el hombre ha desarrollado a lo largo de la historia para apoyar y potenciar su capacidad de memoria, de pensamiento y de comunicación.



Ilustración 3: INFORMÁTICA

**Ntic's.-** El presente trabajo toma su eje en un aporte teórico que fundamenta nuevos problemas de investigación sobre la base de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (NTICs) como instrumento de apoyo a los procesos de aprendizaje. Establece la importancia que los Entornos Virtuales de Aprendizaje (EVA) generan como medios para la inclusión, ateniendo la desigualdad educativa. Teniendo en cuenta que la educación es un proceso social que acompaña al individuo a lo largo de su vida, se hace necesario desarrollar en los alumnos la capacidad y la competitividad en el manejo de la



información como medio para resolver problemas, actuar éticamente, planear el futuro y prepararse para el cambio.

Las NTICs como instrumento de apoyo en la acción educativa.

Como se advierte, no podemos desconocer que el desarrollo tecnológico está produciendo cambios muy significativos en el conjunto de las relaciones sociales. Por ello, tenemos que replantearnos qué importancia y lugar le vamos a otorgar a la tecnología en nuestras escuelas. Está claro que sólo con la tiza y el pizarrón en el aula no es suficiente hoy. De ahí, en parte, el desinterés de los alumnos por nuestras clases.

Es preciso reconocer que las nuevas tecnologías otorgan beneficios tanto económicos, sociales, pedagógicos como culturales a quienes las utilizan apropiadamente. Sin embargo, en el contexto pedagógico local su impacto sobre la educación no ha sido significativo hasta ahora. Cabe agregar, que los alumnos hacen uso extensivo de las mismas fuera de la escuela. Por esta razón, es una buena idea utilizar las nuevas tecnologías como dispositivo didáctico.



Ilustración 4: NTIC'S

**Internet.-** Internet es un conjunto descentralizado de redes de comunicación interconectadas que utilizan la familia de protocolos TCP/IP, garantizando que las redes físicas que la componen funcionen como una red lógica única, de alcance mundial.

- ❖ Gran red descentralizada de ordenadores, de ámbito global y públicamente accesible, que proporciona una ingente cantidad de servicios de

comunicación de varios tipos, incluyendo la Word Wide Web, el correo electrónico y muchos otros.

- ❖ La llamada "red de redes" creada de la unión de muchas redes TCP/IP a nivel internacional y cuyos antecedentes están en la ARPANet.
- ❖ Sistema de ordenadores a nivel mundial en red.
- ❖ Herramienta de comunicación con decenas de miles de redes de computadoras unidas por el protocolo TCP/IP.



Ilustración 5: INTERNET

**Blog. Virtuales.-** Kinect, el nuevo dispositivo de Microsoft que revolucionar parece ser que llegará a España sin reconocimiento de voz, y no como se dijo en un principio que vendría con reconocimiento de voz en Español de México. Por lo que los españoles hasta 2011, que es cuando Microsoft ha confirmado que lo añadirá en una futura actualización, no llegarán a España. Por lo que los idiomas que se incluirán desde el lanzamiento serán el inglés, japonés y español de México, aunque con un impedimento, aunque el usuario hable perfectamente el inglés será totalmente imposible el reconocimiento de voz debido a problemas con la región. Microsoft se ha excusado diciendo que los primeros juegos que saldrán junto a Conectó no utilizarán dicho sistema, por lo que no será imprescindible la inclusión de todos los idiomas en el lanzamiento del nuevo dispositivo.

### **Inter-escolares**

Qué son los proyectos telemáticos Inter-escolares?. Entendemos por proyecto telemáticos inter-escolares al conjunto de actividades globalizadas y

colaborativas que realizan conjuntamente estudiantes de diferentes centros educativos, para la construcción de un producto común, apoyándose en las herramientas que nos brindan las Tecnologías de la Información y la Comunicación. A través de esta estrategia, al mismo tiempo que los estudiantes desarrollan competencias curriculares, se fomenta el desarrollo de competencias sociales fundamentales en la educación popular y necesarias para su desempeño en la sociedad, tales como trabajo en grupo, compartir responsabilidades, intercambiar recursos e información, aprender de otros y con otros, respetar opiniones, negociar acuerdos, reconocer culturas diferentes, entre otras.

Los proyectos colaborativos apoyados en Internet constituyen una poderosa estrategia metodológica para apoyar el proceso de enseñanza aprendizaje. Permiten enriquecer y diversificar la praxis pedagógica, abriendo los espacios de aprendizaje a otros contextos y otras realidades. Se convierten en una buena alternativa para aprovechar el computador en el aula y proporcionan nuevas posibilidades para la innovación en la dinámica de enseñanza del educador.

¿Cuáles son las características de los proyectos telemáticos Inter-escolares?

Los proyectos telemáticos inter-escolares reúnen las siguientes características:

Su propuesta integra contenidos de diversas áreas de conocimiento y las metas de aprendizaje a alcanzar no podrían realizarse usando solamente herramientas de tipo tradicional.

Las actividades no pueden lograrse totalmente sin las telecomunicaciones. Para la realización de las actividades propuestas en el proyecto se estructuran instancias de: intercambio personal; análisis y selección de información, resolución de situaciones problemáticas a distancia en pro de acciones sociales y desarrollo humano integral.

Culmina con un producto concreto y mostrable (publicaciones, páginas Web en Internet, muestras abiertas, acciones a desarrollar en la comunidad local, entre otros). Cuentan con un facilitador de proyecto que acompaña y asesora a las escuelas participantes.

Presentan una serie de detalles que enmarcan los objetivos del proyecto: a qué edades está dirigido, planificación del tiempo, plazo final, propósito educativo, tipo de comunicación y respuestas requeridas, persona a contactar, etc.

¿Qué ventajas les ofrece a nuestro grupo de estudiantes participar en un Proyecto Telemático Inter-escolar ?. Trabajan con problemas reales y permiten que los estudiantes hagan trabajo auténtico. Estimulan el aprendizaje colaborativo/cooperativo y diseñan actividades que ayudan a construir un sentido de comunidad.

Los estudiantes son generadores de conocimiento.

Proveen momentos en que cada uno se toma tiempo para reflexionar sobre lo que ha aprendido. Contribuyen con el desarrollo de competencias comunicacionales .sociales y cognitivas. Los estudiantes reconocen y trabajan en función de objetivos comunes. Promueve el desarrollo de competencias en TIC en los estudiantes.

Desarrollan enfoques activos de aprendizaje y estimulan a los estudiantes a expresar sus propias ideas y opiniones. Promueven la apropiación de aprendizajes.



Ilustración 6: inter-escolares

### **¿Cómo es la metodología de trabajo en los Proyectos telemáticos?**

La dinámica metodológica es similar a la de los proyectos de aula, en la cual los actores involucrados en el proyecto seleccionan un problema o meta de investigación y desarrollan en torno a este, un proceso de intercambio de

información, construcción de conocimiento y elaboración de producciones durante un tiempo determinado. En este escenario, profesores y estudiantes son capaces de definir sus objetivos de trabajo, generar un plan de desarrollo, comprometerse con él y trabajar codo a codo para la consecución de las metas. Esto genera un cambio radical en la manera en que ocurre el aprendizaje: se pasa de una actitud tradicional en la que el docente tiene que enseñar, a un ambiente en el cual los estudiantes toman un rol más activo y asumen responsablemente su papel dentro del proceso, desarrollando competencias básicas en el ámbito comunicacional, lógico matemático y actitudinal, permitiéndole al estudiante ser analítico, creativo y práctico.

### ¿Cómo participamos?

Mundo Escolar brinda un listado con todos los *Proyectos en Cursos* solamente tendrás que registrarte en esa sección y seguir las pautas para iniciar la experiencia de traspasar las fronteras del aula. Mundo Escolar también te ofrece la oportunidad de conseguir un socio para desarrollar tu propio proyecto telemático, entra en la sección Se Busca un Socio donde te brindamos las pautas para conseguir escuelas aliadas e iniciar la experiencia de intercambio inter-escolar.



Ilustración 7: Participaciones

### Fútbol

El fútbol asociación, o simplemente fútbol (del inglésfootball), también llamado futbol, balompié o soccer, es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de 11 jugadores cada uno y un árbitro que se ocupa de que las normas

se cumplan correctamente. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues participan en él unos 270 millones de personas. Se juega en un campo rectangular de césped, con una meta o portería a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo para intentar ubicarla dentro de la meta contraria, acción que se denomina gol. El equipo que marque más goles al cabo del partido es el que resulta ganador.

El juego moderno fue creado en Inglaterra tras la formación de la Football Association, cuyas reglas de 1863 son la base del deporte en la actualidad. El organismo rector del fútbol es la Fédération Internationale de Football Association, más conocida por su acrónimo FIFA. La competición internacional de fútbol más prestigiosa es la Copa Mundial de la FIFA, realizada cada cuatro años. Este evento es el más famoso y con mayor cantidad de espectadores del mundo, doblando la audiencia de los Juegos Olímpicos.



Ilustración 8: Fútbol

## **Deporte**

El deporte es toda aquella actividad y costumbres, a menudo asociadas a la competitividad, por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requiere competición con uno mismo o con los demás y tener un conjunto de reglas perfectamente definidas. Como término solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física, pulmonar del competidor son la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); por lo tanto, también se usa para incluir actividades donde otras capacidades externas o no directamente ligadas al físico del deportista son factores decisivos,

como la agudeza mental o el equipamiento. Tal es el caso de, por ejemplo, los deportes mentales o los deportes de motor. Los deportes son un entretenimiento tanto para quien lo realiza como para quien observa su práctica.

Aunque frecuentemente se confunden los términos deporte y actividad física/Fitness, en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra del mero hecho de la práctica del segundo.

- ❖ El deporte es toda aquella actividad que se caracteriza por tener un conjunto de reglas y costumbres, a menudo asociadas a la competitividad, por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requerir competición con uno mismo o con los demás y tener un conjunto de reglas.
- ❖ Deportes es el nombre de una serie filatélica emitida por Correos y Telégrafos de España desde el año 1997, que está dedicada a plasmar los principales equipos, acontecimientos y éxitos del deporte español. ...
- ❖ Recreación, ejercicio físico, por lo general al aire libre o por equipos, para vencer a un adversario en determinado...
- ❖ La equitación como deporte dará a personas con cierta discapacidad física y funcional la oportunidad de integrarse plenamente a la vida deportiva.



Ilustración 9: Deporte

## Técnicas Del Futbol

Mucha gente confunde habilidades del fútbol con técnicas del fútbol. Las habilidades se refieren a la capacidad del jugador de lograr usar técnica(s) particulares durante situaciones reales de juego. Por otro lado, las técnicas son las posibilidades de un jugador para realizar un movimiento mecánico dado, como una patada por ejemplo. Los jugadores experimentados tienen mecánicas suaves y de poca energía y pueden ejecutar una sucesión de técnicas en un sólo movimiento elegante.



Ilustración 10: Técnicas de Futbol

## Pateo

El pateo es una técnica fundamental y versátil usada para pasar, disparar y despejar. Los verdaderos aficionados al fútbol se refieren al disparo del balón porque suena más controlado.

Cómo disparar el balón. Hay dos tipos generales de pateadas basadas en la posición del balón, disparos rasantes y elevados—boleas.



Ilustración 11: Pateo



## Disparos

En los disparos rasantes, la ubicación de la pierna de apoyo es tan importante como la pierna que patea. Con el fin de producir un disparo de calidad necesitará equilibrio. La forma correcta de mantener su equilibrio es colocar su pie de apoyo en línea con el balón. Parándose ligeramente detrás, logrará un balón que se eleva. La mayoría de los jugadores jóvenes a los que no se les enseña apropiadamente, no son conscientes de mantener el pie de apoyo en línea con el balón. Siempre envían el balón hacia arriba cuando tratan de patear fuerte.

Con el fin de lograr la máxima potencia de un disparo, la rodilla de la pierna que patea tiene que estar por encima o en línea con el balón en el momento exacto que hace contacto. La terminación es el movimiento de barrido de la pierna que patea después de haber contactado el balón. Usualmente, debe hacer la terminación en la dirección de su objetivo. Si tiene problemas entendiendo este concepto, trate de caer en su pierna de pateo después de haber golpeado el balón.



Ilustración 12: Disparos

## Boleas

Cuando se patea el balón en el aire, el equilibrio apropiado es esencial. Por lo tanto, tiene que ajustarse a la trayectoria del balón por medio de cambios rápidos en la disposición de sus pies. Uno está listo para patear, sólo después de haberse

posicionado en el lugar exacto. No debería intentar una volea si cree que está estirándose demasiado o si el balón está muy cerca y por lo tanto complica la volea.

Algunas situaciones pueden requerir saltar y hacer la volea. Debe controlar su salto, tal como si estuviera cabeceando.

La mejor forma de practicar su técnica es contra un arquero (o un amigo) que constantemente le devuelva el balón. Si esa no es una opción para usted, una pared de al menos 2 metros de alto y 5 de ancho es otra buena opción.

Los principiantes deberían trabajar con bolas detenidas (lo que quiere decir que deben detener el balón primero) mientras los jugadores avanzados pueden dispararlo mientras está en movimiento. En un principio, se debe concentrar en su técnica, y progresivamente ir avanzando en la precisión del disparo. El agregar potencia debería ser el paso final de su entrenamiento sobre pateo.

Algunos retos también son aplicables, tales como apuntar a un objetivo en una pared o driblar (en distinta direcciones) antes de patear. Tales ejercicios deben ser repetidos constantemente porque mejoran todos los aspectos de su juego que incluyen patear, pasar, rematar.

La práctica de las boleas es un poco más complicado si no se cuenta con un compañero, pero se puede. Simplemente levante el balón (o patéelo) hacia arriba usando una técnica compuesta mientras cae.

Un amigo puede ser muy útil cuando se trabajan las patadas en el aire. Él puede lanzar el balón a sus pies mientras usted trata de dispararlo de regreso a sus manos.



Ilustración 13: Boleas

### Diferentes métodos de patear el balón

Coloque su pie de apoyo a unos 10 cm del balón con la punta del pie apuntando en dirección del objetivo. Con su tobillo en los 90 grados, traiga atrás su pierna de pateo y golpee a la parte media del balón. El tobillo de la pierna que patea debe estar perpendicular a su pie de apoyo. Haga contacto con el balón con el arco de su pie y siga la dirección de su objetivo. Cuando todo se haya hecho, el balón va a rodar suavemente en vez de rebotando por el piso.



Ilustración 14: Diferentes Formas de Patear el Balón

### Manejo del Balón

La capacidad para manipular el balón y prepararlo para otras técnicas (tales como disparar o hacer un pase) es una de las más esenciales en el fútbol. Casi todos los jugadores famosos son conocidos por tener un gran manejo del balón. Me perdonan pero tal relación tan cercana con el balón sólo puede lograrse con incontables horas de entrenamiento.

El manejo del balón tiene dos categorías principales, recepción y control. La recepción es redirigir el balón a un punto donde se pueda disparar o driblar en el toque siguiente, mientras el control es detener el balón por completo amortiguando su desplazamiento.



Ilustración 15: Manejo del Balón

### **Recepción**

Cuando esté corriendo a un lugar en particular, es mejor redirigir el balón en su trayectoria en vez de detenerlo por completo. Tenga como objetivo el hacer contacto con la parte media o superior del balón. Golpee ligeramente el balón en la dirección que quiere enviarlo. Los buenos futbolistas llevan el balón lejos de los contrarios más cercanos. Esto les da tiempo extra al mantenerlos un paso más lejos de las posiciones.



Ilustración 16: Recepción

## Control

El control se usa por lo general cuando el balón va muy rápido para redirigirlo con un sólo toque. Trate de mantener su cadera abierta en la dirección de donde viene el balón. Coloque la parte receptora en la trayectoria del balón. Relaje los músculos de esa parte del cuerpo, y amortigüe el balón. Cuando esté amortiguando, ligeramente retire el cuerpo en la dirección opuesta a la que lleva el balón.

La forma más fácil de practicar el manejo es con otro jugador. Él le puede lanzar el balón con sus manos o pateándolo. Después de manejar el balón, usted debe pasárselo de nuevo. El manejo también puede practicarse contra una pared. Simplemente párese a unos 2-3 metros (10 pies) de la pared y patee el balón contra esta. Usted debe recibir/controlarlo cuando éste rebota. Este ejercicio le da la oportunidad de trabajar además en su técnica de pateo y manejo. Mientras se va acostumbrando, trate de usar los dos pies y empiece a levantar el balón.



Ilustración 17: Control

## Cabecear

El uso de la cabeza tiene muchos significados en el fútbol. Uno de los más grandes mitos en el juego aun se mantiene hoy en día, y dice que los jugadores que cabecean el balón muy a menudo tienen menor inteligencia. Desde los noventa se ha probado científicamente que no hay conexión entre cabecear y la inteligencia. En cambio, los científicos concluyeron que los futbolistas poco

capacitados se pueden causar serios daños en la cabeza cuando realizan la técnica de cabeceo que no dominan. Aprender las técnicas básicas de cabeceo hasta lograr un nivel avanzado es obligatorio para todos los jugadores.

La primera cosa que debe entender es que el balón debe golpearse con la parte superior de su cabeza. Esta es la misma parte del cráneo que es la más fuerte, porque está compuesta sólo de piel y hueso. Uno de los obstáculos más difíciles cuando se aprende a cabecear un balón es superar el instinto natural que le evita atravesar la cabeza a cualquier objeto en vuelo. Otro factor, que debemos superar, es la tendencia a cerrar los ojos cuando se está a punto de cabecear el balón. La fuerza, que uno aplica al balón, no debe venir de los músculos del cuello. El inclinar hacia atrás la parte superior del cuerpo y propulsar la cabeza al frente producirá mucha más potencia. Golpear el balón en la parte inferior causa que se eleve mientras el golpearlo en la parte superior hace que baje. Antes de cabecear un balón, debería ajustarse a su vuelo tomando varios pasos. Esto le ayuda a evitar inclinarse hacia un lado después de que ya está en el aire.



**Ilustración 18: Cabecear**

## Diferentes métodos de golpear el balón

### Cabeceo Normal

Para cabecear el balón con una buena cantidad de potencia necesitará arquearse hacia atrás y enviar su cabeza hacia adelante luego. Cuando se cabecea de esta forma, debe mantener sus hombros nivelados y perpendiculares a su objetivo. El contacto debe hacerse con el centro de la frente.



Ilustración 19: Cabeceo Normal

### Cabeceo en Picada

En esta técnica, debe lanzar todo su cuerpo en la trayectoria que quiere para el balón. Sus brazos deben estar listos al frente para protegerlo a la caída.



Ilustración 20: Cabeceo en Picada

## **Drible en el Fútbol**

Driblar no es otra cosa que moverse con el balón a lo largo del campo. Es una habilidad usada para reubicar a un jugador en un lugar deseado en donde pueda disparar o pasar el balón. Lo que transforma el drible en un arte son los defensores que constantemente tratan de limitar las opciones del jugador con el balón.

Cuando usted dribla, el balón debe estar bajo su control en todo momento. Siempre tiene que ser la persona con el acceso más inmediato a éste. El drible puede hacerse con la parte interna, externa, empeine y la suela del pie. Cuando quiera aumentar la velocidad, no patee la bola muy lejos. En cambio, mueva sus pies más rápido y así toque más frecuentemente el balón.



**Ilustración 21: Drible en el Fútbol**

## **Marcación**

Los defensores habilidosos son maestros al momento de presentar oposición. Ellos limitan al transportador del balón, lo frenan, y generalmente evitan que se dirija hacia el arco.

Nunca se dirija al balón a menos que esté completamente seguro que puede lograr posesión. Si el contrario tiene controlado el balón en sus pies usted debe contenerlo. Contener al oponente quiere decir ubicarse uno mismo en frente del atacante y esperar hasta que suelte el balón lo suficientemente lejos para



interceptarlo. Algunos dribladores manejarán el balón sin darle suficiente tiempo para intentar quitarlo. Todo lo que puede hacer en dichos casos es mantenerse entre el transportador del balón y su propio arco y esperar a que cometa un error.



Ilustración 22: Marcación

## **DIFERENTES MÉTODOS DE DEFENDER**

### **Contención**

Cuando se hace contención de un atacante usted debe bajar su centro de gravedad doblando sus rodillas e inclinándose hacia el frente. Retroceda de medio lado si el atacante avanza. Nunca enfrente a su driblador de frente porque éste pondrá el balón entre sus piernas o correrá superándolo. No tendrá tiempo de hacer un giro completo. Enfrente al transportador del balón en un ángulo de 45 grados forzándolo a irse hacia las bandas. Esté preparado a moverse lateralmente con su oponente, no se apresure a llegar a donde éste está.

### **Tapando en el Fútbol**

Los arqueros tienen el trabajo esencial de proteger su propio arco manipulando el balón en cualquier forma que sea posible. Las posibilidades de salir bien librado tras un error son muy pocas. La seguridad y la efectividad es lo principal cuando se trata de atajar balones. De un arquero por lo general se espera que haga los saques de rutina en un juego y que intente todo lo que pueda.

El principal objetivo del arquero es evitar los goles. Lo logra bien sea despejándolo o atrapándolo. El método general que se usa para controlar los disparos elevados (o los disparos sobre el nivel del hombro) se conoce como la W.

El nombre viene del posicionamiento de las manos del arquero. El dedo índice y el pulgar se encuentran a 45 grados en sus dos manos. Sus manos están ubicadas una junta a la otra, formando la letra W.

Idealmente, los dedos índices no deberían estar perpendiculares sino apuntando ligeramente hacia adentro. Los balones dirigidos bajo el nivel del hombro (o los balones en caída) se controlan amortiguándolos desde abajo. De manera similar a como se carga un bebé, el arquero debe agarrar el balón por debajo, presionándolo contra el pecho.



Ilustración 23: Tapando en el Fútbol

### **Diferentes métodos de controlar el balón**

La forma más fácil de atrapar un balón rasante es inclinarse con una rodilla y agarrar el balón con las manos. Para asegurar que el balón no tenga posibilidad de pasarle por entre las piernas, debe tener un pie ubicado cerca de la rodilla que tiene en el piso. Desde esta posición, usted puede llevar el balón a su pecho de la misma forma como se carga a un bebé. Cuando asegure el balón contra su pecho, inclínese hacia el frente para protegerlo.



Ilustración 24: Diferentes métodos de controlar el balón

## **2.9.Hipótesis**

Los Blog virtuales incidirán de manera positiva en la capacitación de las técnicas del fútbol mejorando los conocimientos y la práctica deportiva en los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del cantón Pelileo.

## **2.10. Señalamiento de variables.**

Variable Independiente.-Blog virtuales.

Variable Dependiente.- Técnicas del fútbol.

## **CAPITULO III**

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1.Modalidad Básica De La Investigación**

El presente trabajo es de campo, ya que está dirigida al lugar donde acontece el problema es decir hacia los estudiantes y padres de familia debido a esto nos permite analizar, revisar, sintetizar, ampliar, profundizar y comparar diferentes puntos de vista, con teorías criterios y temas referente a la práctica de las técnicas del fútbol en los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del cantón Pelileo.

### 3.2. Tipo de Investigación

NIVELES O TIPOS DE INVESTIGACIÓN	MÉTODOS	TÉCNICAS
<p><b><u>Explicativa:Causa.</u></b>- Conocimientos de Técnicas del Fútbol mediante Blogs Virtuales.</p> <p><b>Efecto:</b> El Rendimiento de los Estudiantes en sus técnicas de Fútbol en las participaciones Inter-escolares.</p> <p><b><u>Descriptiva: Estudio de la variable independiente.</u></b>- Observar y cuantificar la modificación de una o más características del grupo.</p> <p><b><u>Correlacional.</u></b>- Nos permitirá determinar el grado de relación o asociación no causal existente entre las variables, se miden las variables y luego, mediante pruebas de hipótesis y la aplicación de técnicas estadísticas, se estima la correlación.</p> <p><b><u>Exploratoria:</u></b>Tendrá su propia identidad, basándose en criterios obtenidos</p>	<p>Los métodos básicos y esenciales para la presente investigación son:</p> <p><b>MÉTODO CIENTÍFICO</b> Es científico porque se aplicarán técnicas que permitan comprobar hechos investigativos y obtener resultados comprobables.</p> <p><b>MÉTODO EMPÍRICO</b> Se utilizará lo kinestésico y lo sensorial, esto permitirá captar directamente la incidencia que tienen los blogs virtuales dentro de la capacitación.</p> <p><b>MÉTODO DE LA OBSERVACIÓN</b> Este método que está implícito en todo trabajo de investigativo se observará, se dialogará con los participantes y se detectará como los blogs virtuales tienen incidencia en la capacitación en técnicas de</p>	<p><b><u>La Observación</u></b></p> <p>- <b>Entrevistas.</b></p> <p><b>Control de la entrevista</b></p> <p><b>Cierre de la entrevista</b></p> <p><b>Cuestionarios:</b> Se utilizarán preguntas cerradas a las que sólo permitirán una opción para contestar, y abiertas a las que dejan plena libertad para responder</p> <p><b>Medición.-</b></p>

<p><b><u>Bibliográfica:</u></b> Debido a que permite revisar, analizar, sintetizar, ampliar, comparar, profundizar y diferenciar varios puntos de vista de autores, teorías y criterios, y temas referentes a la planificación deportiva de las técnicas del futbol su incidencia en la práctica y preparación de los estudiantes con sus conocimientos basados en los blogs virtuales.</p> <p><b><u>INVESTIGACIÓN DE CAMPO</u></b></p> <p><b><u>La observación: Investigación participante</u></b> porque como investigador participaré de la vida del grupo, con fines de acción social y observar los hechos que requiero antes el avance tecnológico.</p> <p><b>La observación simple no controlada</b> la realizaré con el propósito de "explorar" los hechos o fenómenos de estudio que permitan precisar la investigación dentro del área informática.</p> <p><b>La observación sistemática</b> se realizará de acuerdo con un plan de</p>	<p>futbol.</p> <p><b><u>MÉTODOS TEÓRICOS</u></b></p> <p><b>MÉTODO HISTÓRICO-LÓGICO</b></p> <p>Es histórico y lógico porque enfoca sistemáticamente causas (Planificación) y efectos (práctica y preparación) los cuales permitirán en base al trabajo de investigación presentar alternativas de solución al problema planteado de porque los blogs virtuales inciden en la capacitación de técnicas de Futbol.</p> <p><b>MÉTODO ANALÍTICO SINTÉTICO</b></p> <p>Visto el problema nos permitirá analizar el contexto y desarrollar en base a la informática una visión de cómo incide los blogs en la capacitación.</p> <p><b>MÉTODO EXPLORATORIO</b></p> <p>El trabajo de investigación permitirá conocer más sobre</p>	<p>Aplicación de test.</p> <p>Evaluación en el computador</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------

<p>observación precisa, en el que se han establecido variables y sus relación, objetivos y procedimientos de observación.</p>	<p>la problemática del desconocimiento(explorar nuevas formas de enseñanza deportiva adaptadas a la realidad institucional con la ayuda del avance informático) de lastécnicas del Futbol.</p> <p><b>MÉTODO      INDUCTIVO-DEDUCTIVO      Y SISTEMÁTICO</b></p> <p>A más de los métodos anteriormente descritos permitirá participar y trabajar en los lineamientos de la propuesta con cuestiones prácticas que ayudarán a solucionar el problema, sea pues una labor de sensibilización y concientización sobre las vivencias de los actores y sus consecuencias negativas, que se presentan en el problema. La Planificación de todas las actividades a realizarse en la propuesta y en última instancia, se darán lineamientos para su evaluación mediante técnicas informáticas.</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Ilustración 25: Tipos de Investigación

### 3.3.Población Y Muestra

La población está representada por los niños de primero a Séptimo año de Educación Básica “A” de la Escuela “Fray Vicente Solano”

Considerando que la población de estudio es poco amplia se aplicará una muestra mediante la siguiente fórmula:

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

n = tamaño de la muestra

N=Población

E= Error de la muestra = 0.05

Todos los que van a ser objetos de investigación:

<b>RECURSOS HUMANOS</b>	<b>POBLACIÓN</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>%</b>
<b>Estudiantes</b>	165	165	100%
<b>Profesores</b>	10	9	99,9%
<b>TOTAL</b>	175	164	





	Aprendizaje	Conjunto de conocimientos de enseñanza aprendizaje.		
		Capacitación		

Ilustración 26: Variable Independiente

Variable Dependiente. Técnicas del Fútbol.

CONCEPTO	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Son todas aquellas acciones motrices que es capaz de desarrollar un jugador con el balón o en procura del mismo. Dentro del fútbol la Técnica esta representada por un conjunto de acciones y movimientos que el jugador tiene capacidad de realizar con las superficies de contacto reglamentarias.	Acciones motrices	Capacidades física	¿Piensa Ud. Que para mejorar las técnicas en el Fútbol los maestros deben observar las capacidades físicas de los estudiantes?	Observación, Encuesta y cuestionario dirigido a estudiantes acerca del fútbol y sus técnicas en la Escuela “Fray Vicente Solano”.
	Movimientos	Coordinación	¿Cree que dentro del Fútbol la coordinación adecuada de ejercicios es la parte fundamental para desarrollas las técnicas?  ¿Considera usted que los blogs ayudaran a desarrollar de mejor manera las habilidades y destrezas en el Fútbol?	

	capacidades	Inteligencia. Habilidad. Destreza.	¿Considera Ud. que con los ejercicios programados se puede optimizar la técnica del Fútbol?	
	Reglas	Normas Optimización de la Técnica	¿Cree que al optimizar la enseñanza de las técnicas del Fútbol los estudiantes podrán desenvolverse de mejor manera en el campo de Juego?	

Ilustración 27: Variable Dependiente

### **3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Esta información se basa en la recolección de la información mediante las técnicas: encuestas y entrevistas con sus respectivos cuestionarios y guías correspondientes.

La observación el criterio de expertos mediante la aplicación de una encuesta a los estudiantes de la institución.

### **3.6. Validez y confiabilidades los instrumentos**

Para su validez y confiabilidad de los instrumentos se empleó un Cuestionario, la cual para su elaboración se utilizó generalmente preguntas cerradas cuyas respuestas son afirmativas o negativas (si o no), las cuales fueron de gran ayuda para nuestra investigación.

### **3.7. Plan de recolección de información.**

¿Para qué?

Para mejorar las técnicas del Fútbol con ayuda de los Blogs Virtuales que nos permitan potencializar las cualidades motrices de cada estudiante.

¿A quiénes?

A los estudiantes de la Escuela Fray Vicente Solano

¿Cómo?

Con los diferentes cuestionarios.

### **3.8. Plan De Procesamiento De La Información**

El resultado de los datos de la investigación van a ser ordenados, procesados y analizados, los mismos que serán puestos en consideración a través de la estadística descriptiva y serán presentados en cuadros con datos numéricos en términos de frecuencia y porcentaje y gráficos circulares para dar mayor facilidad a la interpretación.

## **CAPITULO IV**

### **4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

#### **4.1. Análisis de los resultados (encuesta, entrevista)**

Los datos obtenidos de la investigación fueron ordenados y procesados para posteriormente mediante el análisis numérico para ser valorados, mediante la utilización de la estadística descriptiva, cuadros, gráficos, en los cuales constan los respectivos análisis.

Las preguntas a los estudiantes de Sexto y Séptimo Año de Educación Básica de la Escuela Fray Vicente Solano del Cantón Pelileo periodo Junio – Octubre 2010 asciende a la cantidad total de 31 estudiantes.

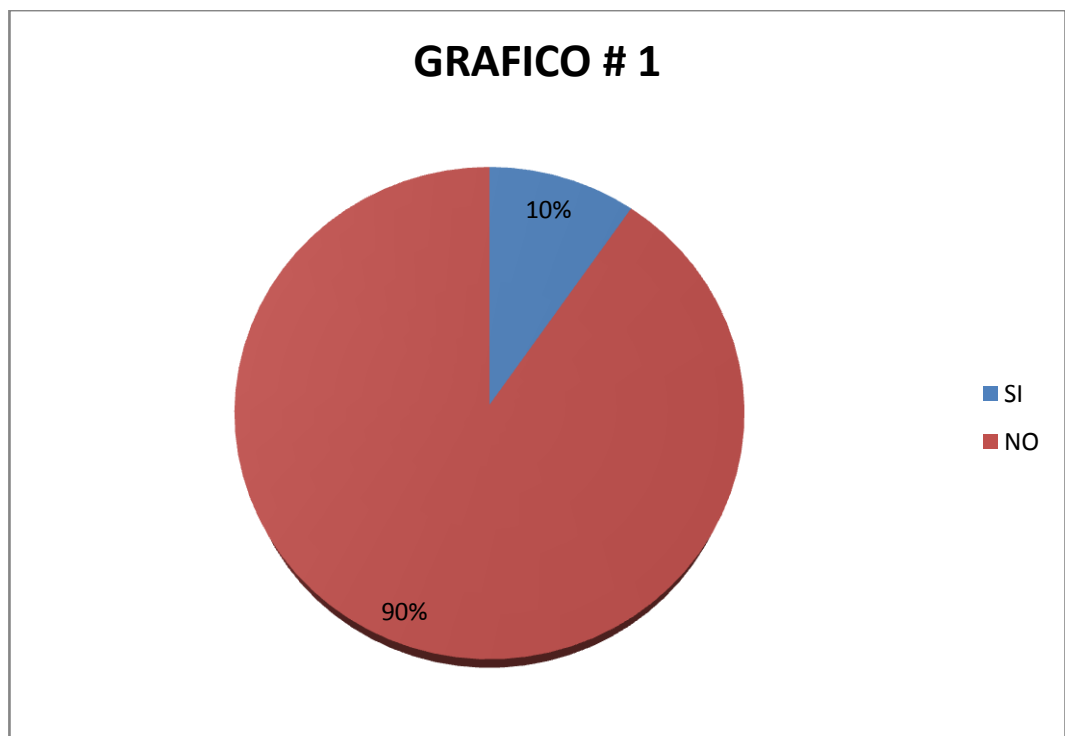
A continuación se detalla los resultados obtenidos de las preguntas enlistadas que conforman la encuesta, los mismos que se complementan con el análisis e interpretación y con la ayuda de las respuestas, las que se representan en forma de cuadros y gráfica.

## 4.2. Interpretación de Resultados

### 1. ¿Tiene conocimiento de los Blogs Virtuales?

**Tabla 1.**

Alternativas	Personas Encuestadas	Porcentajes
SI	3	10%
NO	28	90 %
<b>TOTAL</b>	31	100%



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

## **Análisis**

El 90% de los encuestados respondieron que no tienen conocimientos acerca de los Blogs Virtuales y el 9% que si conocen a qué se refieren con ese término.

## **Interpretación**

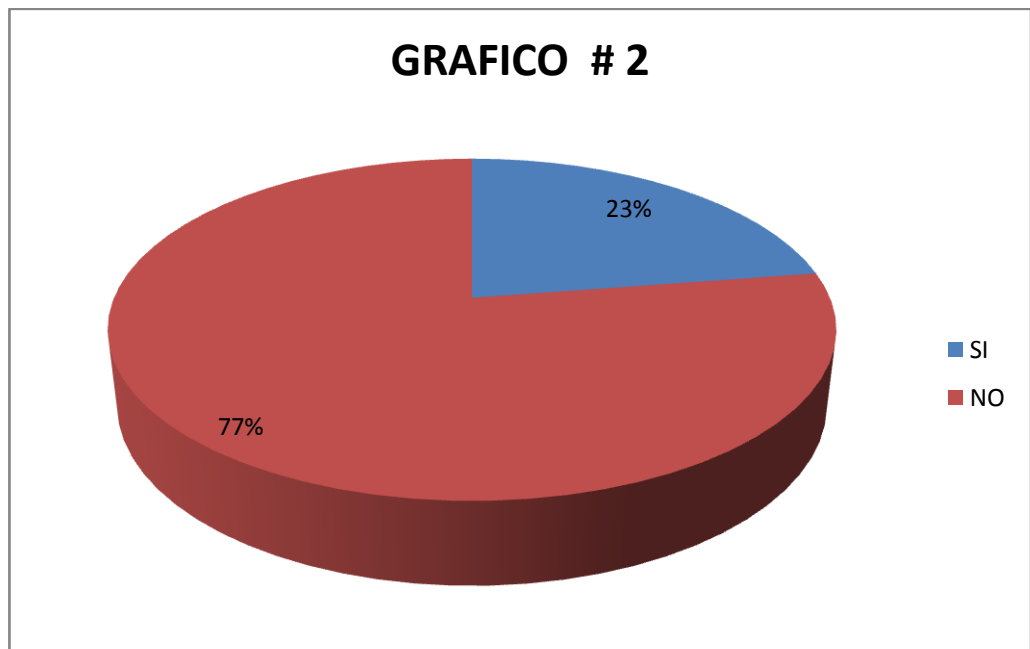
Por este motivo claramente se puede dar cuenta que se necesita una orientación o cursos de capacitación para que conozcan acerca del tema.



2. ¿Cree que con la ayuda de la informática se puede desarrollar mejor las técnicas del fútbol?

**Tabla 2.**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	7	23%
<b>NO</b>	24	77%
<b>TOTAL</b>	31	100,00



**Elaborado por:**Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

## **Análisis**

En la pregunta dos un 23% considera que con la ayuda de la informática se puede desarrollar las técnicas del Fútbol, y un 77% opina que no es necesario.

## **Interpretación**

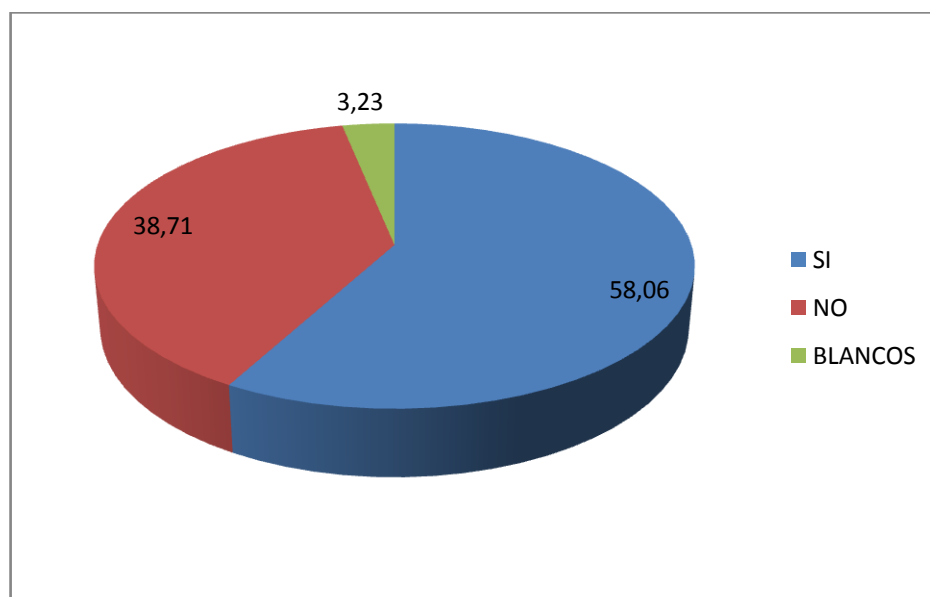
Por lo que se debe considerar que es de suma importancia la informática para desarrollar esta técnica.

3. ¿La información de los blog pueden ayudar a tener conocimientos nuevos del futbol?

**Tabla 3.**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	18	58.06%
<b>NO</b>	12	38.71%
<b>BLANCOS</b>	1	3.23%
<b>TOTAL</b>	31	100,00

**GRÁFICO # 3**



**Elaborado por:**Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

### **Análisis**

Opinan un 58.06% que la información de los Blogs pueden ayudar a tener nuevos conocimientos del futbol y un 38.71% opina que no, además un 3.23% contesto en blanco.

### **Interpretación**

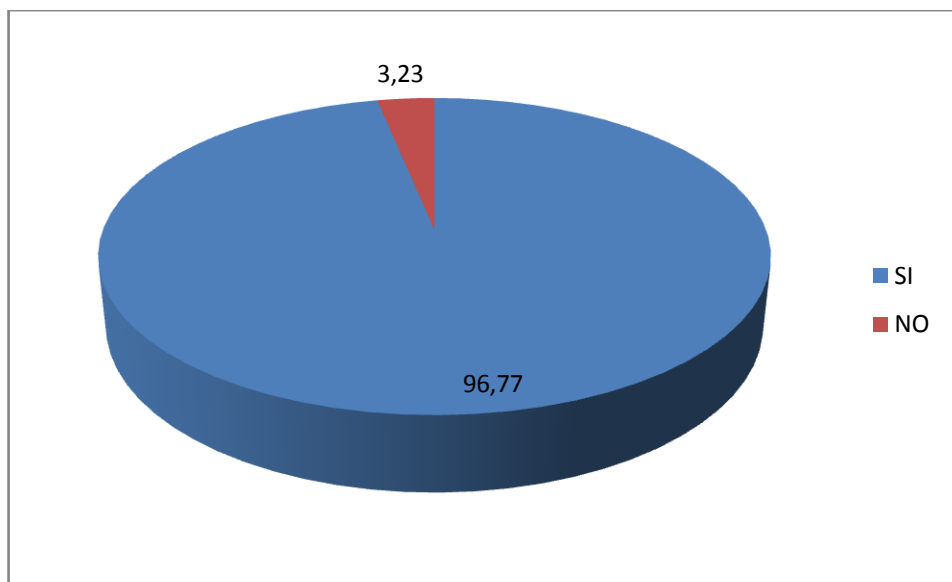
Por lo que se debe considerar que es un porcentaje grande que los blogs pueden ayudar a tener nuevos conocimientos en el futbol.

4. ¿Conoce usted las técnicas del Fútbol?

**Tabla 4**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	30	96.77%
<b>NO</b>	1	3.23%
<b>TOTAL</b>	31	100,00

**GRÁFICO # 4**



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

### **Análisis**

El 96.77% contestó que si conocen acerca de las técnicas de fútbol y un 3.23% opina que no. Por lo que se debería brindar mayor importancia a este tema.

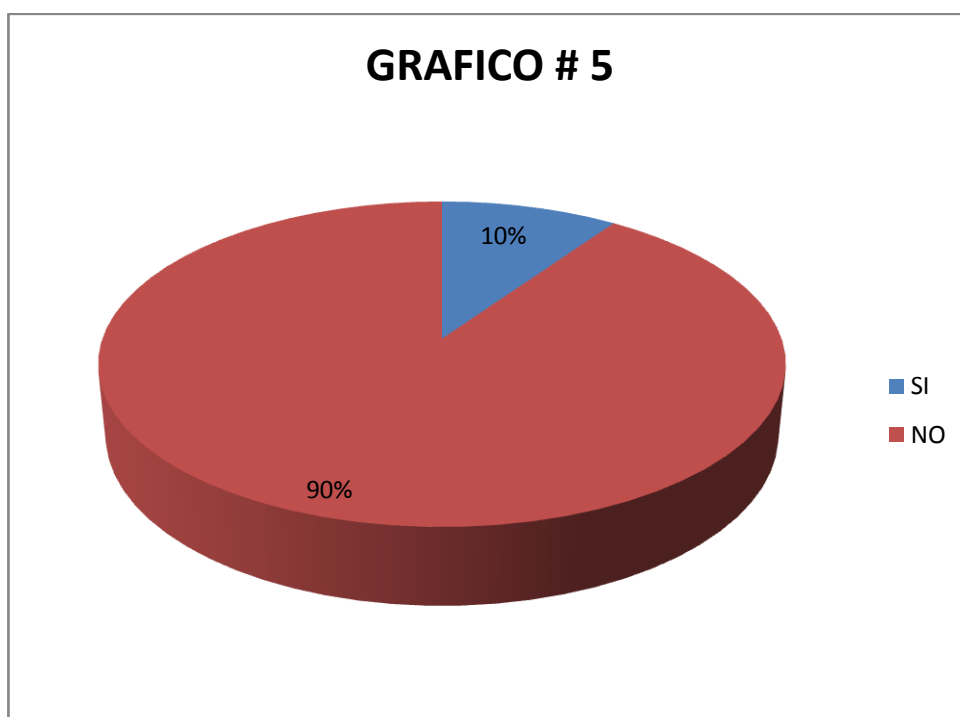
### **Interpretación**

Por el porcentaje estimado debería dar a conocer más sobre las técnicas principales del fútbol.

5. ¿Tiene acceso a información de Blogs?

**Tabla 5**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	3	10%
<b>NO</b>	28	90%
<b>TOTAL</b>	31	100%



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

### **Análisis**

El 10% de los entrevistados tienen acceso a la información de los Blogs y un 90% contestó que no tiene acceso al mismo.

### **Interpretación**

Con la estimación del porcentaje de respuestas se debería facilitar la información y la tecnología adecuada para acceder a la información de los blogs.

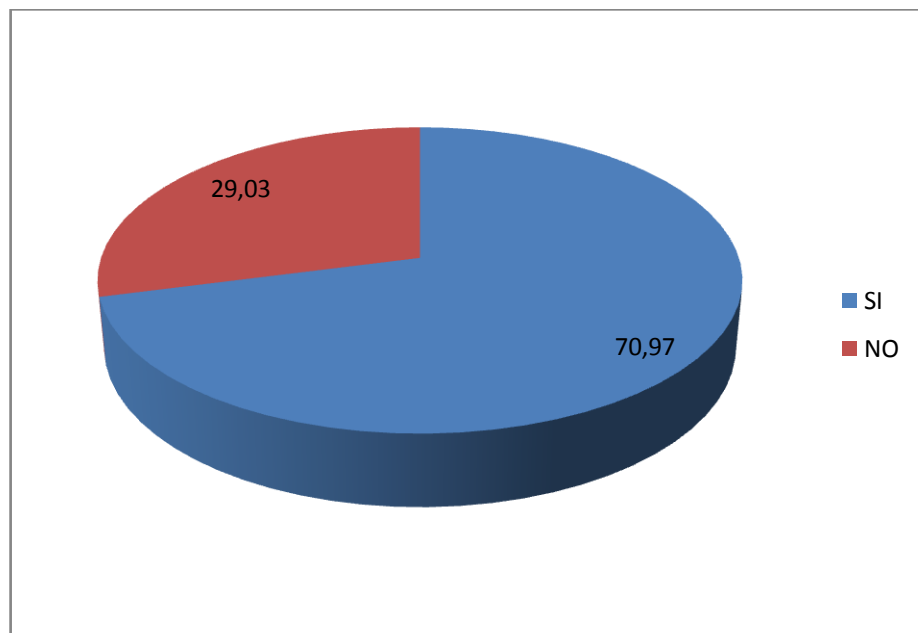


6. ¿Le gustaría aprender las técnicas del fútbol por medio de Blogs Virtuales?

**Tabla 6.**

Alternativas	Personas Encuestadas	Porcentajes
SI	22	70.97%
NO	9	29.03%
<b>TOTAL</b>	31	100,00

**GRÁFICO 6.**



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

## **Análisis**

En un 70.97% contesto que si le gustaría aprender las técnicas del futbol por medio de Blogs Virtualesy que no un 29.03%.

## **Interpretación**

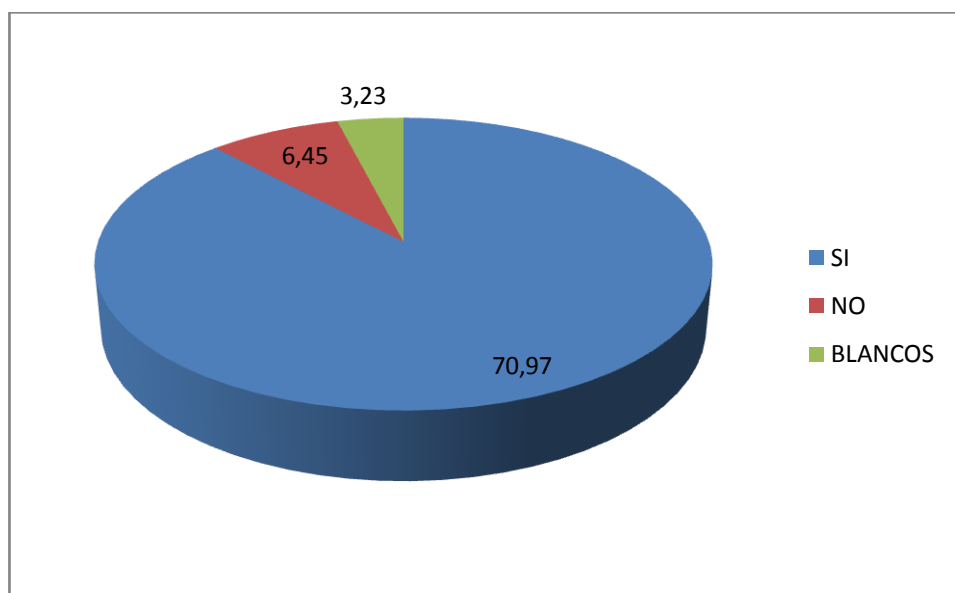
Estimando el porcentaje de respuestas se debería implementar la enseñanza de las técnicas del fútbol por medio de los Blogs Virtuales.

7. ¿Considera usted que la enseñanza que recibe es la correcta o adecuada?

**Tabla 7.**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	28	90.32%
<b>NO</b>	2	6.45%
<b>BLANCOS</b>	1	3.23%
<b>TOTAL</b>	31	100,00

**GRÁFICO 7**



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

### **Análisis**

Opinan un 70.97% que la motivación no es la correcta y un 6.45% opina que no, además un 3.23% contestó en blanco.

### **Interpretación**

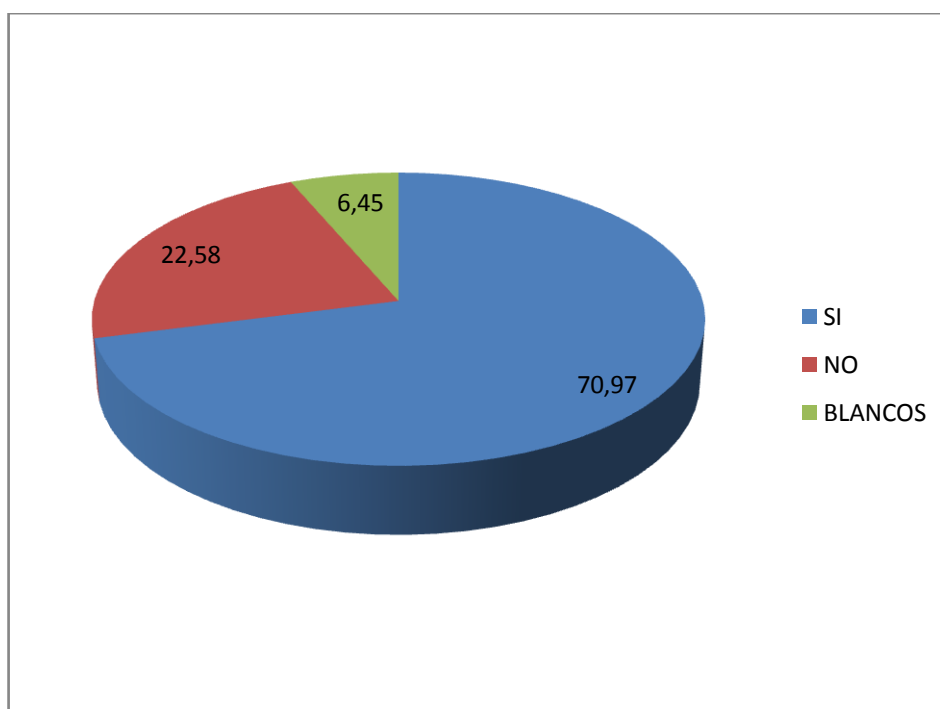
Las respuestas consideran un porcentaje alto de que la enseñanza utilizada es correcta y adecuada por lo que se debe seguir utilizándola e innovando de mejor manera.

8. ¿Cree que los Blogs Ayudaría a mejorar las técnicas del aprendizaje del futbol?

**Tabla 8.**

Alternativas	Personas Encuestadas	Porcentajes
SI	22	70.97
NO	7	22.58
BLANCOS	2	6.45
<b>TOTAL</b>	31	100,00

**GRÁFICO 8**



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

## **Análisis**

El 70.97% opina que los Blogs Ayudaría a mejorar las técnicas del aprendizaje del fútbol y un 22.58% considera que no. Además un 6.45% que equivale a dos personas que no contesta.

## **Interpretación**

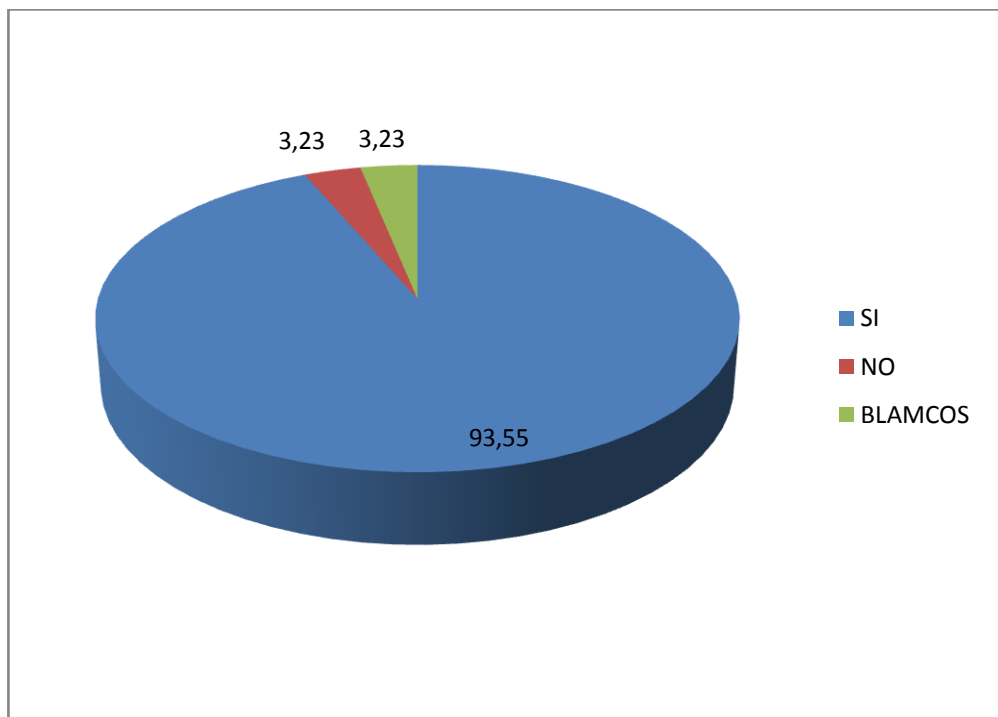
Una buena cantidad está de acuerdo que la práctica del fútbol mejoraría mucho más con la implementación de los Blogs Virtuales.

9. ¿Cree que con la capacitación se obtenga excelente rendimientos en competencias?

**Tabla 9.**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	29	93.55%
<b>NO</b>	1	3.23%
<b>BLANCOS</b>	1	3.23%
<b>TOTAL</b>	187	100%

**GRÁFICO 9**



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

## **Análisis**

El 93.55% opina que con la capacitación se obtenga excelente rendimientos en competencias, un 3.23% contesta que no es necesario la capacitación y un 3.23% contesta en blanco.

## **Interpretación**

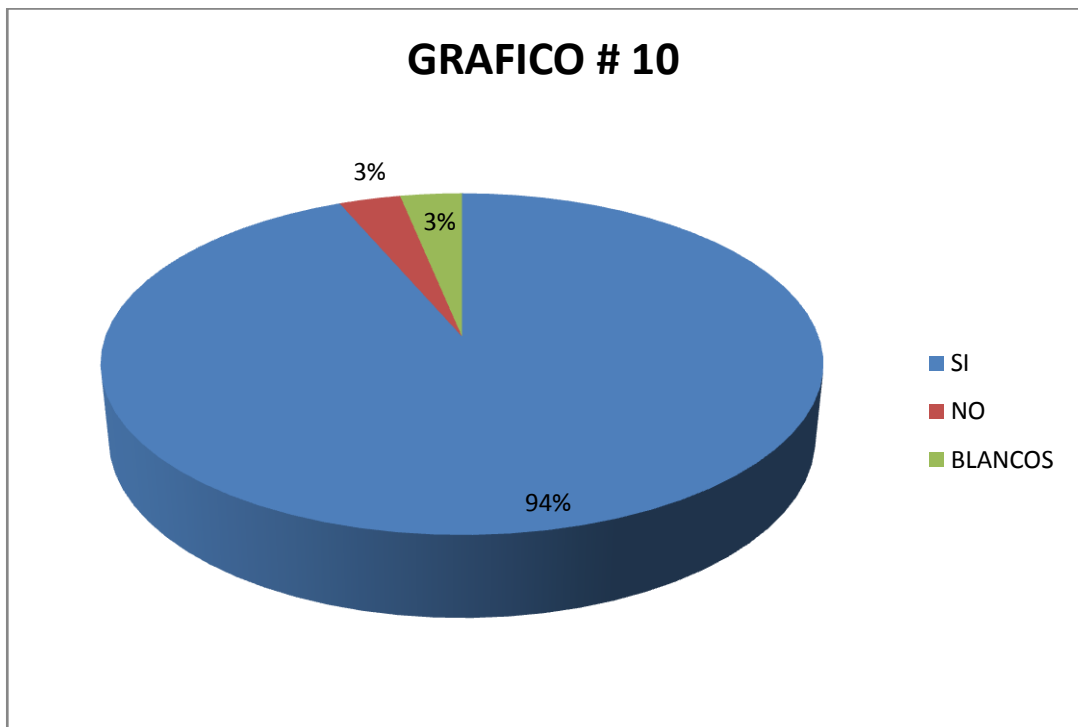
Considerando con la gran respuesta obtenida deberíamos capacitar de la mejor manera para obtener los resultados deseados en las competencias.



10. ¿Le gustaría practicar el futbol con ayuda de la Informática?

**Tabla 10.**

<b>Alternativas</b>	<b>Personas Encuestadas</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>SI</b>	29	93.55%
<b>NO</b>	1	3.23%
<b>BLANCOS</b>	1	3.23%
<b>TOTAL</b>	31	100%



**Elaborado por:** Edwin Cruz

**Fuente:** Escuela Fray Vicente Solano

### **Análisis**

El 93.55% opina que si le gustaría practicar Fútbol con la ayuda de la informática, un 3.23% contesta que no es necesario practicar Fútbol con la ayuda de la Informática y un 3.23% contesta en blanco.

### **Interpretación**

La mayoría responde que quiere practicar la disciplina del fútbol con la ayuda de la informática por lo que se debe tomar en cuenta la aplicación de la tecnología.

## **4.2. VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS**

Luego de realizar la encuesta con preguntas directas podemos afirmar que los Blogs virtuales inciden de manera positiva en la capacitación de las técnicas del fútbol mejorando los conocimientos y la práctica deportiva en los estudiantes de la escuela Fray Vicente Solano del cantón Pelileo, Por lo que el presente trabajo investigativo está dando los resultados esperados permitiendo conocer en forma clara cuál es la verdadera realidad de las técnicas de fútbol en los niños.

### **Preguntas para la comprobación de la hipótesis:**

¿Le gustaría practicar el fútbol con ayuda de la Informática?

¿Le gustaría aprender las técnicas del fútbol por medio de Blogs Virtuales?

## **CAPÍTULO V**

### **5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1.CONCLUSIONES**

- Se logró capacitar mediante el uso de los blogs virtuales para mejorar las técnicas del fútbol en los estudiantes de la Escuela “Fray Vicente Solano” del cantón Pelileo y así mejorar su rendimiento deportivo.
- Obtuvimos resultados inesperados al analizar las técnicas del fútbol de los estudiantes ya que al querer enseñara mediante blogs virtuales ellos no tenían bases suficientes para empezar.
- Para desarrollar este proyecto tuve que elaborar un plan de trabajo para la capacitación de las técnicas del fútbol mediante el uso de los blogs virtuales para mejorar el rendimiento de las estudiantes.
- La preparación técnica de los estudiantes se encuentra en mal estado de acuerdo a las pruebas realizadas.

## 5.2.RECOMENDACIONES

- Que los estudiantes reciban motivaciones por parte del profesor para mejorar el interés por la informática y técnicas del Fútbol para conseguir elevar el rendimiento.
- Aprovechar la predisposición por parte de docentes para un cambio en el proceso enseñanza – aprendizaje de las técnicas del Fútbol y mejorar la motivación con nuevas actividades que no sean incomodadas para ellos frente al computador.
- Es urgente la necesidad de elaborar charlas de motivación a los maestros y por medio de ellos impartan a los estudiantes y mejorar el estado psicológico.
- Capacitar en el ámbito informático a los Docentes para que así ayuden a despertar el interés de los estudiantes por este tema.

## **CAPITULO VI**

### **6. PROPUESTA**

#### **6.1.Datos informativos**

**TEMA**

Utilización de un plan de capacitación deportiva en técnicas del Fútbol apoyándome en los blogs virtuales.

<b>INSTITUCIÓN</b>	ESCUELA FRAY VICENTE SOLANO
<b>ÁREA</b>	Cultura Física
<b>RESPONSABLE</b>	EDWIN CRUZ
<b>PERIODO</b>	Diciembre 2010-Febrero del 2011.

#### **6.2.Antecedentes de la Propuesta**

Se logró capacitar mediante el uso de los blogs virtuales para mejorar las técnicas del fútbol en los estudiantes de la Escuela “Fray Vicente Solano” del cantón Pelileo y así mejorar su rendimiento deportivo.

El fútbol es un deporte de equipo practicado por dos conjuntos de once jugadores con una pelota esférica. Es el que más se juega en el mundo y también el más popular entre los espectadores, como otra característica propia es que el juego es continuo, teniendo que improvisar

los jugadores sus tácticas durante el mismo, cambiando sus posiciones constantemente para recibir o interceptar pases.

Lo único que se necesita para jugar es una pelota y dos porterías que se pueden marcar en el suelo con tiza o cal; y para aquellos que lo deseen y se lo puedan permitir, prendas deportivas como camisetas, pantalones cortos, medias y botines de fútbol. Se puede jugar incluso con los pies descalzos. Esta simplicidad es la razón de la popularidad del juego. Debido a que los contactos no son tan violentos como en otros tipos de fútbol y a que una pelota redonda es más fácil de controlar que una ovalada, el juego pueden practicarlo incluso los más jóvenes.

Este deporte es un instrumento que nos sirve como puerta a otro mundo otro significado de las cosas, es un medio para unir personas, razas, religiones, sociedades etc., Desde los tiempos primitivos, todo ser humano muestra una tendencia natural a poner a prueba sus recursos físicos. El deporte es una realidad cada vez más importante en la sociedad actual. Promovido a diario por los medios de comunicación social se ha convertido en un fenómeno de masas. En torno a él se organizan amplios espectáculos, con una incidencia notable en la cultura juvenil y por tanto en el proceso formativo de los estudiantes.

### **6.3. Justificación**

Un niño puede entrenar técnicamente como lo hace un profesional, variando sólo la intensidad del ejercicio y el nivel de dificultad táctico que se le pueda plantear, pero el movimiento es el mismo que hace un jugador de primera.

Y teniendo en consideración de que a quien se va a capacitar es un niño debemos contar de antemano con un plan de entrenamiento para que le niño vaya asimilando de la mejor forma posible estas técnicas demostrando su interés y su destreza cada vez que se le capacite.

## **6.4.Objetivos**

### **6.4.1. Objetivos Generales**

Desarrollarun plan de entrenamiento que ayude a combinar los blogs virtualesy las técnicas de fútbol y así lograr un mejor desempeño en juegos inter-escolares.

### **6.4.2. Objetivos Específicos**

- Lograr despertar el interés por el fútbol en los educandos como parte importante en su formación integral.
- Aprovechar de las condiciones natas, para que con la adecuada capacitación apoyándose en los blogs. Desarrollar las técnicas del fútbol.
- Motivar a los educandos hacia la práctica del fútbol.
- Una planificación de pretemporada eficaz que sienta las bases para una mejor formación académica y deportiva.

## **6.5.Análisis de factibilidad**

Dentro de la Institución gracias a las gestiones y ayuda de sus autoridades cuentan con laboratorio de computación en la cual se puede enseñar que son los Blogs Virtuales y así ayudar a capacitar en técnicas del fútbol por lo que es factible la realización de esta propuesta ya que el



interés de los alumnos de la institución hacia este deporte es notable. Las motivaciones que despertaron las técnicas del fútbol llevan a la institución a mejorar sus rendimientos deportivos dentro de la disciplina del Fútbol y así mejorar el desenvolvimiento deportivo en competencias inter-escolares futuras.

## **6.6.Fundamentación**

En la etapa de crecimiento, los niños desarrollan condiciones ideales para entrenar la movilidad. A partir de los 5 años de edad, la mayoría de los niños está preparada para dar sus primeros pasos en el fútbol. Se adaptan mejor a los movimientos y suelen presentar mejor coordinación. Bien controlado y con una adecuada preparación, los blogs si bien nos ayudan, nos ayudan en poca escala en relación a lo esperado y a la ayuda dentro del campo informático que deberíamos obtener además este deporte puede aportar grandes beneficios:

- Incrementa la potencia muscular de las piernas
- Mejora la capacidad cardiovascular
- Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora, y la visión periférica.
- Aporta un aumento de la densidad ósea a nivel del fémur.
- Aumenta la potencia del salto
- Incrementa los niveles de testosterona, lo que hará con que se forme más tejido muscular
- Oxigena la sangre

Además, el fútbol sociabiliza a los niños, y les ingresa en el gratificante trabajo en equipo. Algunos psicólogos afirman que el fútbol es una buena herramienta para alejar a los más jóvenes de las tentaciones de las drogas, la violencia, y el alcohol.

### **Ejercicios de fútbol con balón:**

- Patear una pelota contra una pared, cuando vuelve, pararla con el pie y volver a patear.

- Hacer "jueguito" con el balón, esto es, mantenerla en el aire utilizando sólo los pies, rodillas y cabeza, sin que la pelota caiga al suelo; este ejercicio desarrolla el sentido perceptivo y la sensibilidad al balón.
- Colocar una fila de cuatro o cinco conos o aros en el suelo, pasar entre los mismos llevando la pelota cerca del pie y manteniendo el control de ésta.
- Igual que el ejercicio anterior, pero cuando pasas todos los conos pateas el balón hacia una pared o portería.
- Lanzar la pelota hacia arriba, la dejas que bote tres o cuatro veces y pateas cuando esté en el aire. Luego puedes ir limitando el número de botes que da la pelota hasta patear en el aire sin que toque el piso en ningún momento. Intenta que tu tiro vaya hacia una portería u otro objeto que lo hayas puesto como referencia.
- Lanza la pelota hacia arriba y cabecea; es importante que el cabeceo se haga con la frente y no con la parte superior de la cabeza, intenta mantener los ojos bien abiertos en todo momento.

### **Importancias de las áreas de entrenamiento**

El juego del fútbol es sobre tiempo y espacio. Los mejores estudiantes pueden dominar el balón en poco tiempo y en un espacio pequeño. Los jugadores menos hábiles necesitan más tiempo y mayor espacio. Las áreas de entrenamiento le permiten adaptar el terreno de juego de acuerdo con la habilidad técnica de sus estudiantes. Los jugadores novatos generalmente requieren un espacio más grande para trabajar. A medida que los jugadores mejoran, puede hacerlos trabajar en espacios cada vez más pequeños.

## **Construir las áreas de entrenamiento**

El terreno de juego del fútbol puede dividirse en una cantidad de áreas. El objetivo de un determinado ejercicio y la cantidad de estudiantes involucrados deberían determinar el tamaño de las áreas. Por ejemplo, si está llevando a cabo un ejercicio para desarrollar habilidades de manejo del balón, querrá mantener bastante pequeño el espacio de las áreas para forzar a los a estudiantes trabajar en un espacio reducido y mantener el balón a sus pies. A la inversa, si está trabajando con pases largos, probablemente querrá expandir el tamaño del área de entrenamiento para así demostrar las técnicas de futbol.

### **6.7.Modelo Operativo**

Debemos realizar un proceso para poder tener los mejores resultados el mismo que sigue la siguiente secuencia:

#### **1.Organizar jornadas de prueba**

Desafortunadamente, debido a la popularidad del fútbol, las limitaciones del juego y los presupuestos de las escuelas, los docentes a menudo se encuentran obligados a limitar la cantidad de jugadores en sus equipos. Reducir la cantidad de jugadores que se inscriben para jugar es una necesidad existente en muchos de los programas. Casi la totalidad de sus entrenadores colegas coincidirán en que esta reducción es la tarea más difícil de la profesión de entrenador.

Jornadas prolongadas de prueba son la mejor y más justa manera de evaluar jugadores.

Las jornadas de prueba para los jugadores de años anteriores deben realizarse, una vez iniciadas las prácticas oficiales, después de la escuela.

Antes de programar las jornadas de prueba de pretemporada, determine cuántos jugadores quiere tener en cada equipo. Identifique posibles

novatos antes de que comiencen las jornadas de prueba. Muchos estudiantes estarán participando en otros deportes. Esfuércese en determinar cuántos estudiantes de otros deportes espera que se unan al equipo.

Establezca pautas por escrito para evaluar a los estudiantes y converse sobre estas pautas con su director. Prepare una hoja de evaluación para cada estudiante. Los estudiantes merecen que sus esfuerzos y condiciones técnicas de fútbol sean evaluados formalmente. Si se ve obligado a dejar a un estudiante fuera del equipo, estas evaluaciones lo ayudarán a explicarles su decisión al niño y a sus padres.

Si debe reducir la cantidad de jugadores, cada uno de los estudiantes merece una reunión individual para explicarle su decisión. Revise cada planilla de evaluación de los estudiantes para su propia referencia. Recuerde ser sensible y alentador; recuerde que está trabajando con chicos. Sea comprensivo y esté preparado para responder a sus preguntas de forma concisa y con mucho tacto. Motive a los estudiantes para que continúen jugando al fútbol y para que sigan interesados en esta disciplina.

## **2. Organizar a entrenadores asistentes**

Sus entrenadores asistentes constituyen una parte fundamental de su programa de fútbol. Seleccione entrenadores asistentes y de menor rango que comparten su filosofía de entrenamiento. Aunque los estilos individuales de entrenamiento serán un tanto diferentes, sus entrenadores asistentes deberán entrenar acorde con su filosofía. Diferencias fundamentales entre los entrenadores crean, a menudo, serios problemas para los equipos.

Discuta sus objetivos y filosofía de entrenamiento con todos los posibles entrenadores.

El entusiasmo, el compromiso y la habilidad para comunicarse son tan importantes como el conocimiento del fútbol. Los anteriores jugadores

pueden ser una buena fuente para encontrar entrenadores asistentes. Recuerde que los entrenadores jóvenes necesitarán especial atención y orientación respecto del comportamiento profesional del entrenador.

Una vez seleccionados los entrenadores asistentes, asegúrese de cumplir las políticas de contratación de su escuela y distrito. Todos los entrenadores, sean pagos o voluntarios, deben registrarse en la oficina de personal de su escuela (huellas digitales, análisis de tuberculosis, etc.).

### **3. Organizar las prácticas diarias**

Tal como su estilo de entrenamiento refleja su filosofía general de entrenamiento, la naturaleza de sus sesiones de práctica también lo hará. Algunos entrenadores enfatizan el desarrollo individual de las capacidades mientras que otros prefieren concentrarse en el juego del equipo. Algunos entrenadores prefieren realizar prácticas cortas e intensas con poco tiempo para descansar, mientras que otros prefieren prácticas más extensas con tiempo para reflexionar y conversar. Algunos entrenadores prefieren prácticas bien planificadas y reglamentadas, mientras que otros prefieren normas generales que pueden ser modificadas en caso de ser necesario.

## CRONOGRAMA DE LA PROPUESTA

<b>Actividades</b>	<b>Responsables</b>	<b>Fecha</b>	<b>Evaluación</b>
Plantear la propuesta	Franklin Paredes	01 de Septiembre del 2010	A toda la institución
Aprobación de las autoridades del plantel	Autoridades de la Escuela Fray Vicente Solano	03 de Septiembre del 2010	Autoridades del plantel
Desarrollar la propuesta	Edwin Cruz	05 de Diciembre del 2010	Todos los estudiantes del Plantel
Charlas e instructivo acerca de técnicas y blogs virtuales	Edwin Cruz	15 de Diciembre del 2010	Un total de 31 estudiantes de los Sextos y Séptimos al igual que el personal docente interesado.
Comprobar la asimilación de las técnicas	Edwin Cruz	24 de Enero del 2011	Estudiantes del sexto y Séptimo de educación básica
Observar resultados	Edwin Cruz	8 de Febrero del 2011	Estudiantes del sexto y Séptimo de educación básica
Finalización de la propuesta	Docentes y autoridades del plantel	18 de Febrero del 2011	Toda la institución

Ilustración 28: Cronograma

## **BIBLIOGRAFÍA**

<http://www.deportesgratis.com/tecnicas-deportivas/tecnicas-del-futbol.php>

<http://expertfootball.com/es/tecnicas.php>

<http://aprendetecnicasdefutbol.blogspot.com/>

<http://www.slideboom.com/presentations/86740/TECNICA-FUTBOL>

[http://www.solofutbolnet.com/06\\_tecnicas.htm](http://www.solofutbolnet.com/06_tecnicas.htm)

<http://www.latecnicadelfutbol.com/index2.html>

<http://izaguirre.galeon.com/aficiones1514226.html>

<http://yeffri987.galeon.com/aficiones1333224.html>

<http://www.entrenadornacional.com/tecnica-en-futbol/fundamentos-tecnicos>

## ANEXOS









**BLOGFUTBOL**  
El blog de los amantes del fútbol

**FX Solutions** ¡Pruebe nuestra plataforma GTS!

USD/JPY		GBP/USD	
Oferta	Pedidos	Oferta	Pedidos
94.52	94.55	1.6466	1.6471
Venta	Compra	Venta	Compra

Cuenta de práctica de \$10,000 gratuita  
**Empiece ahora**

Fichajes Fútbol Internacional Jugadores La Liga De Fútbol Liga De Campeones Primera División Selección Española Sudáfrica 2010

Inicio

RSS SUSCRIPTORES t

Google® Búsqueda personalizada **Buscar** X

**Goles de Fútbol**  
Los mejores goles del Fútbol. CNN México -Mundial  
mexico.cnn.com/Goles





MásQueFútbol: Blog, fichajes, wiki de fútbol, foro, liga virtual... - Mozilla Firefox

http://www.masquefutbol.com/?quienes-somos/

MásQueFútbol: Blog, fichajes, wiki d... x

HOME Proyecto Wiki ¿Quién escribe?

**Base de Datos**

- Jóvenes Promesas
- Los Cracks
- Otros jugadores
- Wiki de Fútbol

**Enlaces**

**¿Quién escribe?**

- ADMINISTRADOR Y REDACTOR**
- Luis Orive Vinuesa (Admin) - 23 años - Madrid - Licenciado en Administración y Dirección de Empresas (Universidad Complutense de Madrid) - Comercial en la empresa de transporte discrecional de autobuses Confort Bus S.A. El impulsor de este proyecto. Tras estos ocho años de experiencia, ha conseguido unos resultados muy satisfactorios y sus expectativas van en aumento. Aunque la web empezó como un simple hobby, conseguir el mayor éxito posible con esta página se ha convertido para él en un reto personal. Sin ninguna experiencia periodística pero con apariciones puntuales colaborando en otras webs, su pasión por el fútbol ha sido lo que le ha llevado a mantener desinteresadamente MásQueFútbol.com. Es un asiduo a la tribuna del Santiago Bernabéu y apasionado por el fútbol

**Descubre a...**

- Daniel Alves

**Panel**

- Registrarse
- Iniciar sesión
- RSS de las entradas