



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

**RECINTO UNIVERSITARIO RUBÉN DARÍO**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS**  
**DEPARTAMENTO MULTIDISCIPLINARIO**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**  
**Informe de Investigación Para Optar a Título de Profesor de Educación**  
**Media (PEM)**

**TEMA:**

**Análisis de la planificación de entrenamiento deportivo de los  
entrenadores y aspectos de integración social en niños de categorías  
menores de fútbol del Juventus FC, Agosto – Diciembre 2022**

**INTEGRANTES:**

- 1. Br. Giovanni Antonio Vallejos Lopez**
- 2. Br. Jenny del Carmen Palacios Gonzalez**
- 3. Br. Ronny Giovanni Reyes Shipley**

**DOCENTE TUTOR**

- **Msc. Francisco Ruiz Cabrera**

**Managua, Nicaragua.**

## **TEMA DE INVESTIGACIÓN:**

**Análisis de la planificación de entrenamiento deportivo de los entrenadores y aspectos de integración social en niños de categorías menores del fútbol del Juventus FC, agosto – diciembre 2022**

## **LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

- **Cultura Física, Planificación del Entrenamiento Deportivo**

## **CARTA AVAL DEL DOCENTE TUTOR**

Por este medio, hago constar que el trabajo de investigación para optar a título de Profesor de Educación Media (PEM), titulado “*Análisis de la planificación de entrenamiento deportivo de los entrenadores y aspectos de integración social en niños de categorías menores del fútbol del Juventus FC, agosto – diciembre 2022*”, elaborado por:

- 1. Br. Giovanni Antonio Vallejos Lopez**
- 2. Br. Jenny del Carmen Palacios Gonzalez**
- 3. Br. Ronny Giovanni Reyes Shipley**

Tiene la coherencia metodológica consistente, así como la calidad estadística suficiente, cumpliendo de esta manera con los parámetros de calidad necesarios para su defensa final, como requisito parcial para Optar al grado de Profesor de Educación Media (PEM) en Educación Física y Deportes”, que otorga la Facultad de Educación e Idiomas del Recinto Universitario Rubén Darío de la UNAN-MANAGUA.

Se extiende la presente constancia en tres tantos de un mismo tenor, en la ciudad de Managua a los Diez días del mes de: Enero del año dos mil veintitrés.

Atentamente:

**Msc. Francisco Javier Ruiz Cabrera**  
**Docente UNAN-Managua**

## **DEDICATORIA**

### **A DIOS:**

Dedicamos esta tesis, a Dios Nuestro Señor Jesucristo, por ser maestro de maestro, por permitirnos la vida y la salud para lograr realizar nuestro trabajo con entusiasmo y dedicación.

### **A Nuestros Padres:**

Por ser nuestro estímulo de superación, por brindarnos todo su amor y comprensión, que fue una condición determinante para el logro de esta meta. Por su sacrificio y esfuerzo para que lográramos terminar nuestra carrera universitaria, por apoyarnos todos los días de nuestra vida, por sus consejos, su motivación brindada que nos permitió superar los diferentes obstáculos que se nos han presentaron.

A: Msc. Francisco Ruiz Cabrera por su disposición, paciencia y entusiasmo brindado para la correcta elaboración de nuestro trabajo de graduación, por tanto, aquel que, por sus cualidades personales, por su preparación, situarme entre los demás, destaca y ejerce una noble influencia conductora y formadora.

- 1. Br. Giovanni Antonio Vallejos Lopez**
- 2. Br. Jenny del Carmen Palacios Gonzalez**
- 3. Br. Ronny Giovanni Reyes Shipley**

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos primeramente a Dios por su amor, su misericordia al brindarnos la fortaleza y sabiduría para lograr concluir nuestra carrera.

Agradecemos a nuestra familia por el apoyo y amor incondicional que nos brindaron durante todo el proceso de estudio de nuestra carrera en medio de las dificultades que enfrentamos y logramos superar.

A: Msc. Francisco Ruiz Cabrera, quien fue un guía incondicional, ya que nos dedicó con gran voluntad el tiempo que requerimos en orientaciones, las cuales nos brindó de forma científica y metodológica para que fuera posible la realización de este trabajo.

- 1. Br. Giovanni Antonio Vallejos Lopez**
- 2. Br. Jenny del Carmen Palacios Gonzalez**
- 3. Br. Ronny Giovanni Reyes Shipley**

## RESUMEN

En el presente trabajo se propone el desarrollo de las habilidades motrices con la planificación de un meso ciclo entrante y básico desarrollador para los equipos de categorías menores de futbol de Juventus Fútbol Club, agosto – diciembre del año 2022, con el objetivo de evaluar, identificar y mejorar la planificación deportiva en la institución. pretende darle solución a la problemática de planificación del entrenamiento deportivo en las categorías menores de la institución durante el periodo preparatorio o de pretemporada, mediante una propuesta de una estructura de planificación de un meso ciclo entrante y básico desarrollador del entrenamiento, en la investigación se utilizaron los métodos de recolección de datos a través de encuestas a cada uno de los jugadores de las categorías menores y una guía de observación a la planificación deportiva que realizaban los entrenadores en el periodo preparatorio o de pretemporada para la temporada 2022-2023 del torneo de categorías menores. Se realizó un análisis descriptivo en la planificación deportiva de cada uno de los entrenadores con respecto al meso-ciclo entrante y básico desarrollador, done se utilizaron los instrumentos como son la guía de observación y la encuesta. Después de haber identificado la problemática, realizamos una propuesta para la mejoría en la planificación del entrenamiento deportivo en las categorías menores de la institución, la cual consiste en la elaboración de una estructura de un meso ciclo entrante y básico desarrollador

**Palabras Claves:** Juventus Fútbol Club, Planificación, Entrenamiento Deportivo, Aspectos de Integración Social, Habilidades Motrices, Meso ciclo Entrante, Futbol.

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>2. JUSTIFICACIÓN</b> .....	2
<b>3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	3
<b>4. ANTECEDENTES</b> .....	5
<b>5. OBJETIVOS</b> .....	6
5.1.    Objetivo General .....	6
5.2.    Objetivos Específicos.....	6
<b>6. MARCO TEÓRICO</b> .....	7
6.1.    Juventus Fútbol Club.....	7
6.2.    Planificación de Entrenamiento .....	8
6.2.1.    Entrenamiento Deportivo .....	10
6.3.    Futbol .....	10
6.4.    Habilidades Motrices.....	12
6.5.    Meso ciclo Entrante y Desarrollador.....	13
<b>7. DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	15
7.1.    Tipo de investigación .....	15
7.2.    Enfoque de la Investigación .....	16
7.3.    Área de Estudio .....	16
7.4.    Población y Muestra.....	16
7.5.    Criterios:.....	17
7.6.    Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de información .....	17
7.7.    Procedimiento para la recolección de datos e información .....	17
7.8.    Aspectos Éticos .....	18
7.9.    Plan de tabulación y análisis estadístico.....	18
7.10.    Matriz de Operacionalización de Variables (MOVI) .....	19
<b>8. RESULTADOS</b> .....	25
<b>9. CONCLUSIONES</b> .....	38
<b>10. BIBLIOGRAFÍA</b> .....	40
<b>11. ANEXOS</b> .....	42

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafica 1. Parámetro de edad de los Niños.....	25
Grafica 2. Sexo biológico de los niños .....	25
Grafica 3. Procedencia de los niños.....	26
Grafica 4. Nivel Académico de los niños .....	26
Grafica 5. Religión de los niños .....	27
Grafica 6. ¿Se Integra en Actividades en Grupo?.....	27
Grafica 7. ¿Se Organiza en Actividades en Equipo?.....	28
Grafica 8. ¿Apoya en la Motivación de los Demás?.....	28
Grafica 9. ¿Se Muestra Adaptado a su Entorno?.....	29
Grafica 10. ¿Se Muestran Adaptado a las Orientaciones?.....	29
Grafica 11.¿Dificultad de Aprendizaje?.....	30
Grafica 12. ¿Muestra Atención?.....	30
Grafica 13. ¿Muestran Respeto?.....	31
Grafica 14. ¿Muestran Disposición? .....	31
Grafica 15. ¿Muestran Impulsividad? .....	32
Grafica 16. ¿Muestra Comunicación Asertiva?.....	32
Grafica 17. ¿Muestran Ansiedad? .....	33
Grafica 18. ¿Muestran Ansiedad? .....	33
Grafica 19. ¿Muestran Timidez? .....	34
Grafica 20. ¿Muestran Agresividad?.....	34
Grafica 21. ¿Muestran Felicidad?.....	35
Grafica 22. ¿Muestran Tristeza?.....	35
Grafica 23. ¿Muestran Miedo?.....	36

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características de los Meso ciclos de Entrenamiento .....	14
Tabla 2. MOVI. 1: Características socio demográficas de los niños .....	19
Tabla 3. MOVI. 2: Tres Aspectos de Integración Social de los niños .....	20
Tabla 4. MOVI. 2.1: Cuatro Aspectos de Integración Social de los niños .....	21
Tabla 5. MOVI. 2.2: Aspectos de Integración Social de Autoestima de los niños .....	22
Tabla 6. MOVI. 3: Aspectos de entrenamiento deportivo según Micro ciclos de los Entrenadores .....	23
Tabla 7. MOVI. 4: Propuesta Metodológica de Meso ciclo entrante y básico desarrollador .....	24
Tabla 8. Propuesta de un Meso ciclo y Básico Desarrollador .....	37

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Bloques según Verkhoshansly .....	9
Figura 2. Intensidad igual a Volumen según Tschiené .....	9
Figura 3. Cambios Cualitativos y Cuantitativos de las Cargas .....	10



## **1. INTRODUCCIÓN**

La presente investigación con el tema “Análisis de la planificación de entrenamiento deportivo de los entrenadores de categorías menores de fútbol de Juventus FC, agosto – diciembre 2022”, pretende darle solución a la problemática de planificación del entrenamiento deportivo en las categorías menores de la institución durante el periodo preparatorio o de pretemporada, mediante una propuesta de una estructura de planificación de un meso ciclo entrante y básico desarrollador del entrenamiento.

En la investigación se utilizaron los métodos de recolección de datos a través de encuestas a cada uno de los jugadores de las categorías menores y una guía de observación a la planificación deportiva que realizaban los entrenadores en el periodo preparatorio o de pretemporada para la temporada 2022-2023 del torneo de categorías menores.

Se realizó un análisis descriptivo en la planificación deportiva de cada uno de los entrenadores con respecto al meso-ciclo entrante y básico desarrollador, donde se utilizaron los instrumentos como son la guía de observación y la encuesta. Después de haber identificado la problemática, realizamos una propuesta para la mejoría en la planificación del entrenamiento deportivo en las categorías menores de la institución, la cual consiste en la elaboración de una estructura de un meso ciclo entrante y básico desarrollador

## 2. JUSTIFICACIÓN

### ➤ Originalidad

La presente investigación se realiza con el objetivo de analizar la planificación del entrenamiento deportivo de los equipos de fútbol en las categorías menores de Juventus FC, siendo este el primer estudio elaborado que haga referencia a esta área del entrenamiento en este club.

### ➤ Valor teórico

Con la presente investigación se pretende indagar sobre diferentes tipos de planificación de entrenamiento deportivo en el fútbol de categorías menores en sus diferentes etapas y que sirva de propuesta para mejorar las habilidades de psicomotricidad en los jugadores de las categorías menores de Juventus FC y brindar esa ventana de seguimiento deportivo para realizar futuros estudios.

### ➤ Relevancia Social

La presente investigación realiza un aporte significativo a las academias de fútbol de la institución de Juventus Futbol Club en las categorías menores, además en el aprendizaje, la ejecución y en la percepción más adecuada de las técnicas en los deportistas, facilitándoles un mejor desarrollo en sus habilidades y no tener problemas en su profesionalización deportiva.

### ➤ Conveniencia Institucional

La presente investigación realizará un aporte significativo a las academias de fútbol de la institución de Juventus Futbol Club en las categorías menores, para ello es importante que la institución deportiva haya brindado su consentimiento informado para llevarla a cabo, con los aportes de la propuesta que hemos realizado pretendemos que todos los profesores elaboren sus planificaciones de acuerdo a las particularidades de los niños que entrenan en dichas academias.

### 3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

➤ **Caracterización del Problema:**

El talento y el trabajo son las claves para triunfar en cualquier disciplina deportiva. Sin un buen plan de entrenamiento de fútbol, ni los jugadores más talentosos serían capaces de aguantar una temporada a un alto nivel. Con una buena planificación de entrenamientos de fútbol se desarrollan todas las virtudes de un jugador (Revista Competize, 2022).

Con el fin de tener una base de datos o antecedentes de diferentes tipos de planificación de entrenamiento deportivo en el área de fútbol de categorías menores, el cual se analizó todo el plan de entrenamiento existente y que ejecutan los entrenadores de categorías menores.

➤ **Delimitación del Problema:**

A través de revisión documental y entrevistas con entrenadores de categorías menores del equipo Juventus Fútbol Club, nos hemos dado cuenta que no existía una exigencia de planificación de entrenamiento deportivo para las categorías menores, y eran únicamente algunos entrenadores quienes se dan a la tarea de planificar, pero sin revisión, seguimiento y control del mismo.

Con la presente investigación se pretende indagar sobre diferentes tipos de planificación de entrenamiento deportivo en el fútbol de categorías menores en sus diferentes etapas y que sirva de propuesta para mejorar las habilidades de psicomotricidad en los jugadores de las categorías menores de Juventus FC y brindar esa ventana de seguimiento deportivo para realizar futuros estudios.

➤ **Formulación del Problema:**

De acuerdo a estas premisas, es importante hacer la siguiente pregunta principal: ¿Por qué analizar la planificación de entrenamiento deportivo de las categorías menores del equipo de fútbol Juventus Fútbol Club, agosto – diciembre del año 2022?

Una vez caracterizado, delimitado y formulado el problema de investigación, procedimos a redactar las preguntas de sistematización del problema siguientes:

1. ¿Cómo identificar las características socio demográficas de los niños que practican fútbol en las categorías menores del Juventus FC?
2. ¿Por qué identificar los aspectos de integración social de los niños de categorías menores del Juventus FC durante el entrenamiento deportivo de fútbol para categorías menores?
3. ¿Cómo determinar los aspectos de entrenamiento deportivo de acuerdo a la planificación de micro ciclos de los entrenadores de fútbol en categorías menores del Juventus FC?
4. ¿Para qué elaborar una propuesta metodológica de planificación en un meso ciclo entrante y básico desarrollador con sus fases de entrenamiento deportivo para los equipos de las categorías menores del Juventus Fútbol Club?

## 4. ANTECEDENTES

### ➤ **A Nivel Internacional:**

En la investigación realizada en el equipo Atlético Fútbol Club, “Planificación del entrenamiento de un equipo de fútbol amateur”, encontramos una guía de observación cualitativa y cuantitativa sobre la planificación deportiva para la temporada 2010-2011, con una muestra de 23 jugadores. Como resultado el club quedo en la penúltima posición del campeonato amateur del futbol Español temporada 2010-2011 (Blanco, 2012)

En otra investigación descriptiva con el tema “La preparación física integrada para la pre-temporada en el fútbol”, tienen como objetivo principal diseñar una propuesta teórica fundamentada en la preparación física integrada para la pretemporada en el fútbol. Como resultado ellos realizaron varias investigaciones teóricas sobre planificaciones del entrenamiento deportivo en el futbol, señalando que la planificación lineal y ondulatoria son esenciales para un mejor aprendizaje del jugador (Quintana, 2016)

### ➤ **A Nivel Nacional:**

En la investigación realizada por Flores, palma y Laguna (2013) con el tema Propuesta Metodológica para mejorar la condición Técnico – Táctico, de la Selección de Futbol Sala Masculino de la UNAN – León, ellos aplican una guía descriptiva donde destacan el factor económico y la falta de planificación de los entrenadores. Para alcanzar las conclusiones y lograr los objetivos ellos ocuparon encuesta y entrevista a las personas involucradas en el área deportiva (Flores, 2013).

En el tema importancia en el acondicionamiento físico del equipo de futbol campo masculino de la selección unan-león, municipio de león, realizado durante el ii semestre del año 2012, nos dicen que la falta de un preparador físico, entrenamiento por tanteo, informalidad en los entrenamientos son factores influyentes en la mala preparación física de los atletas. (Rodas, 2012)

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1. Objetivo General**

- Analizar la planificación de entrenamiento deportivo y aspectos de integración social de los equipos de categorías menores de fútbol de Juventus Fútbol Club, agosto – diciembre del año 2022.

### **5.2. Objetivos Específicos**

1. Describir las características sociodemográficas de los niños que componen las categorías menores de los equipos de fútbol del Juventus FC.
2. Identificar los aspectos de integración social de los niños de categorías menores del Juventus FC durante el entrenamiento deportivo de fútbol para categorías menores.
3. Determinar los aspectos de entrenamiento deportivo de acuerdo a la planificación de micro ciclos de los entrenadores de fútbol en categorías menores del Juventus FC
4. Elaborar una propuesta metodológica de planificación en un meso ciclo entrante y básico desarrollador con sus fases de entrenamiento deportivo para los equipos de las categorías menores del Juventus Fútbol Club.

## **6. MARCO TEÓRICO**

### **6.1. Juventus Fútbol Club**

Juventus FC es un equipo profesional de fútbol. Somos el equipo joven de Nicaragua, somos fuertes, somos Pibes. Dos veces Campeones Nacionales, con participaciones a nivel internacional bajo la esencia de nuestra historia. Somos la institución de mayor proyección de forma integral en los últimos años. Nacemos en 1977 por la idea de un grupo de entusiastas y amantes del balompié. Los barrios orientales de Managua fueron testigos de nuestras raíces, de nuestros orígenes, cuyos fundamentos han logrado sostener el sueño de muchos en uno sólo hasta la fecha.

El precursor de ese anhelo fue Leonardo Antonio Sánchez (QEPD) en el ocaso de la época de los 70. “Nayo”, como era conocido Leonardo, impulsó ese proyecto llamado Juventus con la colaboración de muchas personas. Pronto, Juventus FC daría mucho de qué hablar. Revolucionó el fútbol nicaragüense al dar prioridad a jóvenes que esperaban una oportunidad de jugar con la “redonda”. Desde entonces, nuestro club se mantuvo fiel a la idea de trabajar con el fruto de nuestra tierra de lagos y volcanes, siendo identificados como el equipo “Pibe” de nuestro territorio.

Rápidamente estos Pibes dieron la batalla en el terreno de juego. El rectángulo se convirtió en nuestra prioridad; ahí corrían nuestras metas, nuestros amores. Los conjuntos del momento sembraron el respeto que ostentaba el contexto, y cosecharon que nuestras manos fueran estrechadas. Campeones Nacionales en 1993 y 1994. Participamos cuatro años de forma consecutiva (entre 1993 y 1996) en la Copa de Campeones de CONCACAF.

Miles de factores adversos pero nuestro espíritu combativo refutó eso con precedentes en el terreno de juego. Volvemos a soñar con cada pitazo, con cada miembro de esta institución, con cada jugador que siente los colores, y que entiende que la mejor parábola es la que desciende del cielo hacia nuestros corazones (Juventus FC, 2022).

## 6.2. Planificación de Entrenamiento

Las investigaciones en el deporte relacionadas con los procesos cognitivos han ido aportando claridad y enriqueciendo la labor cualitativa de los profesionales en el área de la enseñanza y el entrenamiento del deporte, siendo los deportistas los receptores directos del conocimiento adquirido (Trujillo, 2011)

### ➤ La estructura de la formación péndulo deportes

El ruso Arosiev, junto con Kalinin, en un artículo publicado en 1991 fueron los primeros autores en proponer la "División de Estructuración" del entrenamiento deportivo. Esta propuesta (la estructura pendular) se basa en primer lugar en el caso de que los atletas tenían que entrar y salir de sus mejores tiempos competitivos en varios deportes durante todo el año. Por otra parte, es importante que la alternancia sistemática de carga general y formación específica no debe haber separación entre la prevalencia de la carga general en la primera fase de la formación y cargo específico en una segunda fase.

Esta alternancia de forma sistemática lo que se llama "la formación del péndulo", como las cargas específicas de crecer en cada ciclo de la formación frente a las cargas generales de disminución en cada ciclo hasta prácticamente desaparecer en busca de una mejor transferencia de los efectos de la carga general de las cargas de la competencia específica. El péndulo es responsable de entrenar a las alternancias sistemáticas que se producen durante el proceso de formación más general y que mantener la capacidad de los atletas a participar en varias competiciones fuera de los grandes ciclos anuales de formación.

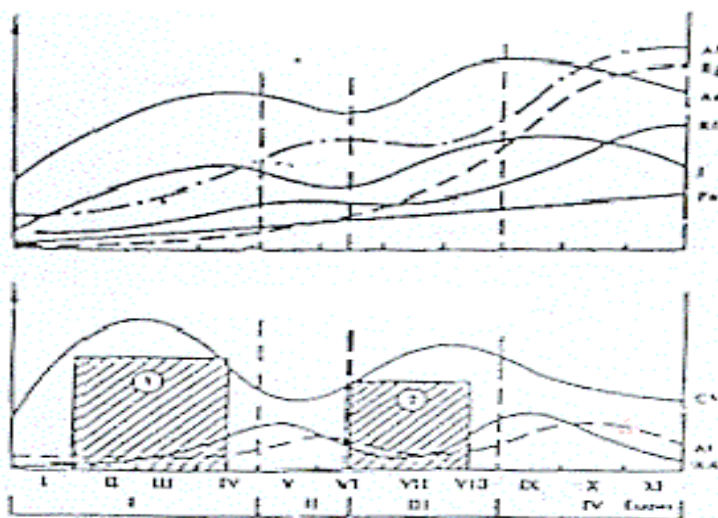
Cuando los péndulos son más pequeños durante el proceso de formación será más alto para competir con eficacia, pero si los péndulos son mayores, cuanto mayor es la posibilidad de apoyar la forma deportiva por un período más largo por el atleta.

Tenga en cuenta la tabla, el esquema estructural del péndulo:



➤ Los bloques según Verkhoshansly:

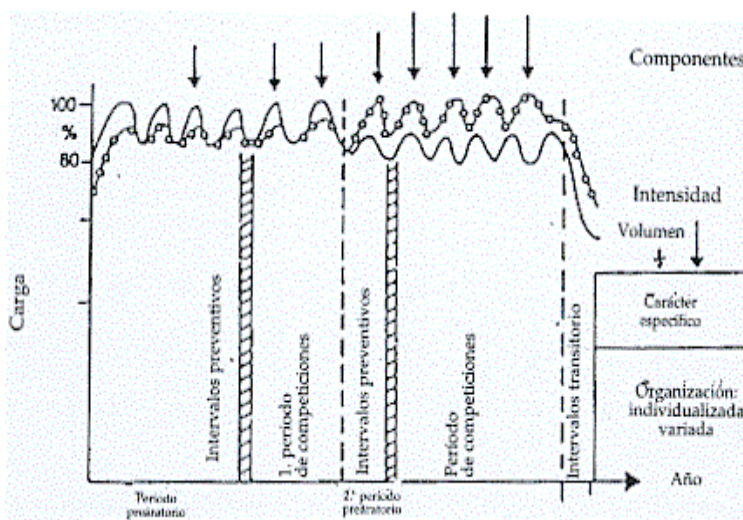
Esta forma de entrenamiento estructurado en atletas de elite también se le llama por el autor como la estructuración de la sucesión entre sí. Se basa principalmente en el caso de que la fuerza de trabajo debe estar "concentrado" en un bloque de formación para crear las condiciones para una mejora adicional en el contenido



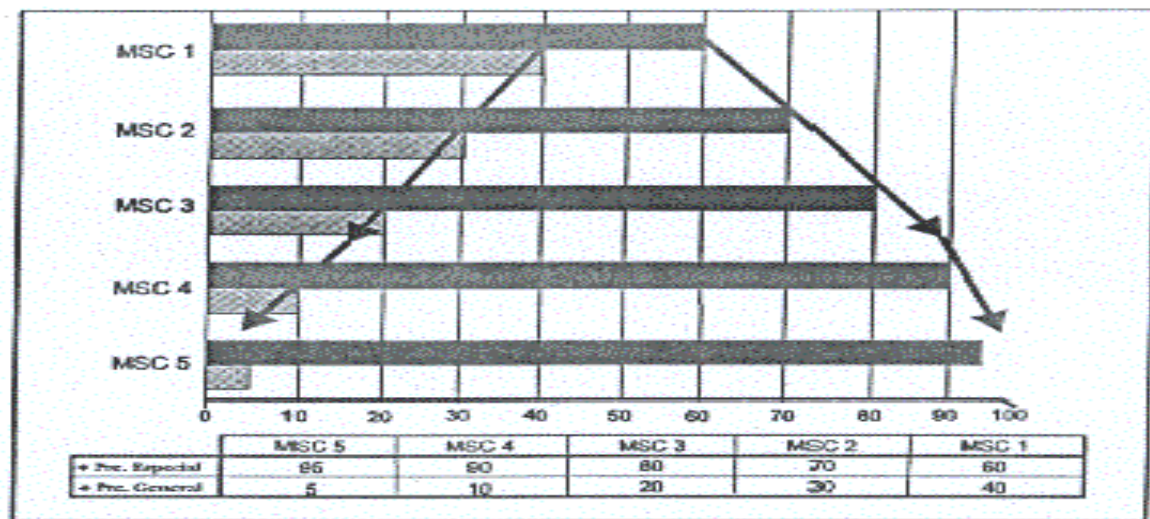
**Figura 1. Bloques según Verkhoshansly**

relacionado con la formación y el desarrollo técnico cualidades de velocidad del atleta. Estas condiciones están dadas por el efecto llamada de la formación de acumulación lenta.

Intensidad igual a volumen en ondas según Tschiene. En este modelo, tanto la carga de trabajo y su intensidad es alta durante todo el año. Basándose en la experiencia con los atletas alemanes este autor sistematiza la estructuración del entrenamiento deportivo como una forma de onda aguda de las cargas de entrenamiento en los intercambios fases breves con contenido cuantitativo y cualitativo de la preparación. (Ortegón, rafidortegon.blogspot.com, 2012)



**Figura 2. Intensidad igual a Volumen según Tschiene**



*Figura 3. Cambios Cualitativos y Cuantitativos de las Cargas*

### 6.2.1. Entrenamiento Deportivo

Matveiev (1983), nos dice que la forma fundamental de preparación del deportista, basada en ejercicios sistemáticos, y la cual representa en esencia, un proceso organizado pedagógicamente con el objeto de dirigir la evolución del deportista (Paleo, 2009)

Bompa (1983) dice que el entrenamiento deportivo es una actividad deportiva sistemática de larga duración, graduada de forma progresiva a nivel individual, cuyo objetivo es conformar las funciones humanas, psicológicas y fisiológicas para poder superar las tareas más exigentes (ISAF, 2018).

### 6.3. Fútbol

Se ha definido el fútbol como un deporte que se practica entre dos equipos de once jugadores, y que consiste en introducir en la portería del equipo contrario un balón esférico, impulsándolo con los pies. El cuerpo (salvo manos y brazos) y la cabeza siguiendo ciertas reglas. (Real Academia Española, 1970). El fútbol se caracteriza por ser un ejercicio físico discontinuo, intermitente y de gran intensidad, en el que se alternan carreras y períodos de reposo con saltos o carrera continua de baja intensidad (Ulloa, 2016).

➤ Origen del fútbol

Los antecedentes más lejanos del fútbol se remontan a la China antigua y a Japón, donde a partir del siglo III a. C. se practicaron juegos de pelota entre dos equipos. Con posterioridad, en la Antigua Grecia se desarrolló un juego con una pelota pequeña llamado episkyros. Ese juego fue adoptado por los romanos que los transformaron en el harpastum. Éste era disputado por dos equipos en un terreno rectangular dividido a la mitad por una línea. Los jugadores de cada equipo podían pasarse una pelota entre ellos con el objetivo de enviarlo al campo contrario.

Durante la Edad Media, se practicaron en Europa Occidental variantes del fútbol moderno, entre ellos el llamado fútbol de carnaval, en el que la cantidad de jugadores era ilimitada, y el calcio florentino, del que participaban 27 jugadores por equipo. A principios de la Edad Moderna, el antecesor directo del fútbol actual se volvió muy popular en Inglaterra. Era un deporte muy violento y bastante similar al rugby. A principios del siglo XIX varios colegios londinenses comenzaron a elaborar distintas reglas, llamadas códigos.

En 1848 representantes de esas instituciones se reunieron en la Universidad de Cambridge para redactar el Código Cambridge, que estableció un reglamento unificado. El 26 de octubre de 1863 representantes de doce clubes de Londres crearon en una taberna la Asociación Inglesa de Fútbol (FA), institución que rigió el nuevo deporte. También se oficializaron 13 reglas, que tomaron como base el Código Cambridge. Una de ellas prohibió golpear o agarrar con las manos al adversario, lo que provocó el retiro de uno de los clubes. Poco después, ese club sería uno de los fundadores de la Rugby Football Unión, el máximo órgano del rugby inglés.

En 1871, la FA organizó un torneo entre los clubes de la asociación, en el que por primera vez se vendieron entradas para presenciar los encuentros. A partir de entonces algunos clubes comenzaron a hacer ofertas económicas para incorporar jugadores a sus equipos. Estos ofrecimientos fueron rechazados por la FA, que reafirmó el carácter amateur del fútbol.

Sin embargo, a partir de 1878 la contratación de jugadores se generalizó por lo que en 1885 la FA se vio forzada a oficializar el profesionalismo. Para financiar la paga de jugadores, los clubes más poderosos organizaron una serie de encuentros con el formato de todos contra todos. Así nació la Football League, la primera competición de liga de la historia.

Al año siguiente, se organizó la primera reunión de la International Football Association Board (IFAB), que estaba integrada por las asociaciones de Inglaterra, Gales, Escocia e Irlanda. Este organismo fue el antecesor de la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), creada en Francia en 1904 por representantes de 8 países: Bélgica, Dinamarca, España, Francia, Países Bajos, Suecia, Suiza y Alemania. (historia, 2022)

#### **6.4. Habilidades Motrices**

Son necesarias para obtener un desarrollo motor completo, dichas habilidades motrices constituyen secuencias de movimientos necesarias para la adecuada participación en actividades físicas y deportivas y pueden incluir aspectos locomotores, manipulativos o de control de objetos. Las habilidades motrices en educación física vienen a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar.

- Mecanismo de percepción: implica a todas las informaciones que llegan al cerebro y que tienen que ver con la futura posible respuesta. Por información debemos entender al conjunto de estímulos que el medio externo e interno de la persona produce en cada momento.
- Mecanismo de decisión: consiste en el procesamiento de la información para emitir una respuesta.
- Mecanismo de ejecución: en este se incluyen los procesos de elaboración y emisión de la respuesta. Una vez tomada la decisión, se pasa a seleccionar el plan motor en función de las circunstancias de cada tarea. Y finalmente, la respuesta es transmitida a través de la médula espinal hasta los órganos efectores que la ejecutan.

➤ Habilidades perceptivas motrices

Se desarrollan en torno a los 4-6 años, período que puede variar en función de las características de cada sujeto, y existe un desarrollo de las capacidades perceptivas tanto del propio cuerpo del niño, como a nivel espacial y temporal.

➤ Habilidades motrices básicas

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son (2):

- Ser comunes a todos los individuos.
- Haber facilitado/permitido la supervivencia del ser humano.
- Ser fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no).
- Este tipo de habilidades se comienzan a desarrollar sobre los 7 años, y continúan en desarrollo hasta los 9.

➤ Habilidades motrices específicas

El período en el que se comienzan a desarrollar se sitúa en torno a los 14 años, el cual se extiende hasta los 17. Inicialmente comienzan a desarrollarse las habilidades y tareas específicas que tienen un carácter lúdico-deportivo y posteriormente a estas se les añaden las de carácter más utilitario. En esta fase, se trabajan habilidades genéricas comunes a muchos deportes y posteriormente la iniciación de habilidades específicas de cada deporte y aspectos técnicos-tácticos para mejorar los gestos y situaciones de juego. (Cebrián, 2022)

### **6.5. Meso ciclo Entrante y Desarrollador**

El meso ciclo son estructuras temporales intermedias de entrenamiento que tienen como finalidad lograr objetivos parciales del proceso global de entrenamiento. Representa las etapas de los meso ciclos relativamente homogéneos, cuya duración es de 3 a 6 semanas. Siendo más frecuentes los meso ciclos de 4 conjunto de micro ciclos (Llana, 2022).

Representan una forma de organizar el proceso de entrenamiento deportivo en busca el desarrollo de una cualidad u objetivo parcial de todo el proceso, asegurando un alto ritmo de entrenamiento, alcanzando procesos de adaptación y previniendo las posibles desviaciones del mismo. Dentro de una estructura interna los meso ciclos pueden presentar diversificación por el periodo y la etapa en que se encuentre el proceso de entrenamiento, según sus características son las siguientes:

**Tabla 1. Características de los Meso ciclos de Entrenamiento**

No.	MESO CICLO	CARACTERÍSTICAS
1	Entrante	Son los que se utilizan al comienzo de una temporada y crean la base de la condición física que es indispensables para afrontar con garantía todo el programa.
2	Básico Desarrollador	Se utilizan cargas fundamentales del entrenamiento de la temporada y es donde se adquieren nuevos ámbitos motrices que generan nuevas capacidades de trabajo, la carga sufre un ascenso progresivamente.
3	Básico Estabilizador	El deportista consolida y automatiza los logros alcanzados, se interrumpe temporalmente el crecimiento de la carga para posibilitar el proceso de adaptación
4	Pre Competitivos	Se corrigen errores técnico- tácticos y se eliminan las deficiencias conocidas, se crean condiciones técnicas, tácticas, físicas y ambientales de competición. Incluye competencias de preparación que garanticen un buen ritmo de competición.
5	Competitivos	Se estabiliza y se conserva la forma deportiva para las competencias principales, depende de: las características y exigencias del deporte y el número de eventos en la competencia.
6	Restablecedor Mantenedor	Descarga relativa o alivios en las exigencias de las cargas en forma de descanso activo con el fin de no perder la forma deportiva. Dura entre 15 días y un mes. Son muy utilizados cuando el calendario competitivo es muy prolongado, como ocurre en el deporte moderno, donde son muchas competencias en el año.

(Miaranda, 2015)

## 7. DISEÑO METODOLÓGICO

### 7.1. Tipo de investigación

*De acuerdo al método de investigación y según el nivel de profundidad del conocimiento:* es descriptivo, los estudios descriptivos permiten detallar situaciones y eventos, es decir, cómo es y cómo se manifiesta determinado fenómeno y busca especificar propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” (Sampieri. 1998. p. 60).

*Según el análisis y alcance de resultados:* Según el análisis y el alcance de los resultados nuestro estudio es analítico. De acuerdo a Canales y Alvarado (1994), “Los estudios analíticos buscan contestar porqué sucede determinado fenómeno, cuál es la causa o factor de riesgo asociado, o cuál es el efecto de esa causa o factor de riesgo”.

*Según el tiempo de ocurrencia y registro de la información:* De acuerdo al tiempo de ocurrencia y registro de la información es de tipo prospectivo. De acuerdo a Canales y Alvarado (1994), “En los prospectivos se registra la información según van ocurriendo los fenómenos”. (Canales y Alvarado. 1994. p. 81).

*Según el período y secuencia del estudio:* De acuerdo al período y secuencia del estudio es transversal. De acuerdo a Canales y Alvarado (1994), “Una investigación es transversal cuando se estudian las variables simultáneamente en determinado momento, haciendo un corte en el tiempo. En este caso, el tiempo no es importante en relación con la forma en que se dan los fenómenos”.

*Según el enfoque filosófico:* En el presente trabajo se implementó un enfoque cualitativo, es decir, se utilizaron los instrumentos de entrevista y guía de observación. Según afirman Collado, Baptista y Sampieri (2006), “El enfoque cualitativo utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación”. (Collado, Baptista y Sampieri. 2006. p. 8).

## 7.2. Enfoque de la Investigación

El enfoque de esta investigación es cualitativo, debido a que estudia un método de investigación que se basa en la recogida de información basada en la observación de comportamientos naturales, discursos, respuestas abiertas para la posterior interpretación de significados. Según (Taylor 1984, pág.4) dice: El enfoque cualitativo “es de proporcionar una metodología de investigación permitiendo comprender el complejo mundo de las experiencias vividas desde el punto de vista de las personas”, es decir comprender lo que las personas dicen o hacen.

## 7.3. Área de Estudio

El trabajo se desarrollará en las categorías menores de la institución deportiva Juventus Futbol Club, esta se ubica en el plantel los cocos, del gallo más gallo del Zumen, 8 cuadras sur, 1 cuadra abajo.

## 7.4. Población y Muestra

El Universo en el que se enfoca esta investigación son todos los involucrados del ámbito deportivo de categorías menores de la institución “Juventus Futbol Club”, en población tomamos las categorías menores u-17 masculino, u-15 masculino, u-13 masculino y u-15 femenino, compuestas por 82 niños y 4 entrenadores.

- Población: Según (Carrasco, 2005) *“Es el conjunto de todos los elementos (unidades de análisis) que pertenecen al ámbito espacial donde se desarrolla el trabajo de investigación” (p.236).*
- Muestra: La muestra según Sampieri, (1998.p.65) expresa: *“Una población es el conjunto de todas las cosas, que concuerdan una serie de especificaciones” En síntesis subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que se le llama población. Las muestras pueden ser probabilísticas o no probabilísticas.*



### **7.5. Criterios:**

- Criterios de Inclusión
  - ❖ Pertener a las categorías menores del Juventus FC en el periodo agosto – diciembre 2022
  - ❖ Ser Jugador de fútbol de las categorías menores del Juventus FC
  - ❖ Aceptar participar en la investigación
- Criterios de Exclusión
  - ❖ No Pertener a las categorías menores del Juventus FC en el periodo agosto – diciembre 2022
  - ❖ No Ser Jugador de fútbol de las categorías menores del Juventus FC
  - ❖ No Aceptar participar en la investigación

### **7.6. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de información**

Método de Observación: Según (Piura, 1995) “el método de observación se puede definir como método de recopilación de información primaria acerca del objeto estudiado mediante la directa percepción y registro de todos los factores concernientes al objeto estudiado, significativo desde el punto de vista de los objetivos de la investigación” (p.94)

Encuesta.: De acuerdo con García (1992) “una encuesta es una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, que se lleva a cabo en el contexto de la vida cotidiana, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación, con el fin de obtener mediciones cuantitativas y cualitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población”.

### **7.7. Procedimiento para la recolección de datos e información**

Nos dirigiremos a la: Institución Juventus Futbol Club en el cual le dimos a conocer el motivo de la visita solicitándole el permiso para llevar a cabo la investigación. El cual nos autorizó y procedimos a dirigimos a: Deybin Fonseca nos presentamos y nos permitió la entrevista.

## **7.8. Aspectos Éticos**

Se entregó una carta a: Deybin Fonseca con el fin de obtener el consentimiento informado, además de dar a conocer de manera clara y formal que se llevaría a cabo el presente proceso de investigación; Asumiendo la responsabilidad y de forma profesional que: Explicando que los datos recolectados solamente serían utilizados con fines académicos e investigativos, mostrando responsabilidad para garantizar los conocimientos y el beneficio que aporte este estudio. Una vez finalizado el documento de investigación se entregará una copia del mismo a: Deybin Fonseca con el objetivo de validación de la presente investigación y sus resultados.

## **7.9. Plan de tabulación y análisis estadístico**

A partir de los datos que sean recolectados, se diseñó la base datos correspondientes, utilizando el formulario google drive y con el software de Excel para Windows que ella nos proporciona. Una vez que se realizó el control de calidad de los datos registrados, fueron realizados los análisis pertinentes. De acuerdo a la naturaleza de cada una de las variables (cuantitativas o cualitativas) y guiados por el compromiso definido en cada uno de los objetivos específicos, serán realizados los análisis descriptivos correspondientes a las variables nominales y/o numéricas, entre ellos: (a) El análisis de frecuencia, (b) las estadísticas descriptivas según cada caso. Además, se realizaron gráficos del tipo: (a) pastel o barras de manera univariadas para variables de categorías en un mismo plano cartesiano, (b) barras de manera univariadas para variables dicotómicas, que permitan describir la respuesta de múltiples factores en el mismo formulario de google drive.

### 7.10. Matriz de Operacionalización de Variables (MOVI)

**Tabla 2. MOVI. 1: Características socio demográficas de los niños**

<b>Objetivo General:</b> Analizar la planificación de entrenamiento deportivo de los equipos de categorías menores de fútbol de Juventus Fútbol Club, agosto – diciembre del año 2022	Variable Conceptual	Sub Variables o Dimensiones	Indicadores Variable Operativa	Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información	Tipo de Variable	Categoría Estadística
				Encuesta		
<b>Objetivo Específico.</b> <b>1.</b> Describir las características sociodemográficas de los niños que componen las categorías menores de los equipos de fútbol del Juventus FC	Características Socio demográficas	SOCIALES	Edades	X	Cuantitativa Discreta	1). (8 – 12), 2). (13-14), 3). (15-16), 4). (28 a más)
			Sexo Biológico	X	Nominal	1). Femenino, 2). Masculino
			Nivel Académico	X	Nominal	1) 4to a 6to, 2) 7mo a 9no 3) 10mo a 11vo, 4) Universitario 5) Ninguna de las anteriores
			Religión	X		1) Catolico, 2) Evangelico 3) Testigo de Jehová 4) Ninguna de las anteriores
	DEMOGRÁFICAS	Procedencia	X	Nominal	1). Urbano, 2). Periferia urbana 3). Rural	

**Tabla 3. MOVI. 2: Tres Aspectos de Integración Social de los niños**

<b>Objetivo General:</b> Analizar la planificación de entrenamiento deportivo de los equipos de categorías menores de fútbol de Juventus FC	<b>Variable Conceptual</b>	<b>Sub Variables o Dimensiones</b>	<b>Indicadores Variable Operativa</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información</b>	<b>Tipo de Variable</b>	<b>Categoría Estadística</b>
				<b>Guía de Observación</b>		
<b>Objetivo Específico. 2.</b> Identificar los aspectos de integración social de los niños de categorías menores del Juventus FC	Aspectos de Integración Social	TRABAJO EN EQUIPO	¿Se Integra a las actividades realizadas?	<b>X</b>	Cuantitativa Discreta	1). Muy Poco 2). Poco, 3). Regularmente, 4). Siempre
			¿se organiza durante las actividades en equipo de trabajo?			
			¿Apoya en la motivación que presentan los demás miembros del grupo?			
		CAPACIDAD PARA ADAPTARSE AL ENTONO	¿Se muestra adaptado a su entorno durante el entrenamiento de deportes?			
			¿Se muestra adaptado a las orientaciones del entrenador y sus compañeros durante el entrenamiento?			
		CAPACIDAD DE ATENCIÓN	¿Muestra dificultad de aprendizaje a las orientaciones del entrenador durante el entrenamiento?			
¿El niño (a) muestra atención a las orientaciones del entrenador y compañeros durante el entrenamiento?						

**Tabla 4. MOVI. 2.1: Cuatro Aspectos de Integración Social de los niños**

<b>Objetivo General:</b> Analizar la planificación de entrenamiento deportivo de los equipos de categorías menores de fútbol de Juventus FC	<b>Variable Conceptual</b>	<b>Sub Variables o Dimensiones</b>	<b>Indicadores Variable Operativa</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información</b>	<b>Tipo de Variable</b>	<b>Categoría Estadística</b>
				<b>Guía de Observación</b>		
<b>Objetivo Específico. 2.</b> Identificar los aspectos de integración social de los niños de categorías menores del Juventus FC	Aspectos de Integración Social	RESPECTO HACIA EL ENTRENADOR Y LOS COMPAÑEROS	¿Muestra respeto hacia el entrenador y compañeros durante el entrenamiento?	<b>X</b>	Cuantitativa Discreta	1). Muy Poco 2). Poco, 3). Regularmente, 4). Siempre
		DISPOSICIÓN	¿Muestra disposición hacia las orientaciones del entrenador y compañeros durante los entrenamientos? ¿El niño (a) muestra Impulsividad durante los entrenamientos?			
		COMUNICACIÓN AFECTIVA	¿Muestra comunicación afectiva con el entrenador y compañeros durante los entrenamientos?			
		ASERTIVIDAD	¿Muestra asertividad con el entrenador y compañeros durante los entrenamientos?			

**Tabla 5. MOVI. 2.2: Aspectos de Integración Social de Autoestima de los niños**

<b><u>Objetivo General:</u></b> Analizar la planificación de entrenamiento deportivo de los equipos de categorías menores de futbol de Juventus FC	<b>Variable Conceptual</b>	<b>Sub Variables o Dimensiones</b>	<b>Indicadores Variable Operativa</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información</b>	<b>Tipo de Variable</b>	<b>Categoría Estadística</b>
				<b>Guía de Observación</b>		
<b><u>Objetivo Específico. 2.</u></b> Identificar los aspectos de integración social de los niños de categorías menores del Juventus FC	Aspectos de Integración Social	AUTOESTIMA	¿Muestra Inseguridad durante los entrenamientos?	<b>X</b>	Cuantitativa Discreta	1). Muy Poco 2). Poco, 3). Regularmente, 4). Siempre
			¿Muestra Ansiedad durante el entrenamiento?			
			¿Muestra Timidez durante el entrenamiento?			
			¿Muestra con Agresividad durante el entrenamiento?			
			¿Muestra con Felicidad durante el entrenamiento?			
			¿Muestra con Tristeza durante el entrenamiento?			
			¿Muestra con Miedo durante el entrenamiento?			

**Tabla 6. MOVI. 3: Aspectos de entrenamiento deportivo según Micro ciclos de los Entrenadores**

<b>Objetivo General:</b> Analizar la planificación de entrenamiento deportivo de los equipos de categorías menores de fútbol de Juventus Fútbol Club, agosto – diciembre del año 2022	<b>Variable Conceptual</b>	<b>Sub Variables o Dimensiones</b>	<b>Indicadores Variable Operativa</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información</b>	<b>Tipo de Variable</b>	<b>Categoría Estadística</b>
				<b>Guía de Observación</b>		
<b>Objetivo Específico. 3.</b> Determinar las diferentes Aspectos de entrenamiento deportivo de acuerdo a la planificación de los mico ciclos entrenadores de fútbol en categorías menores del Juventus FC	Aspectos de entrenamiento deportivo de acuerdo a los micro ciclos de la planificación de los entrenadores de fútbol en categorías menores del Juventus FC	MICRO CICLO	Trabajos recuperación	X	Dicotómica	1) Si, 2) No
			Trabajos Conceptos Tácticos Físico	X	IDEM	1) Si, 2) No
			Mejoramiento de Fuerza Corporal	X	IDEM	1) Si, 2) No
			Mejora de Movimientos Ofensivos y Defensivos	X	IDEM	1) Si, 2) No

**Tabla 7. MOVI. 4: Propuesta Metodológica de Meso ciclo entrante y básico desarrollador**

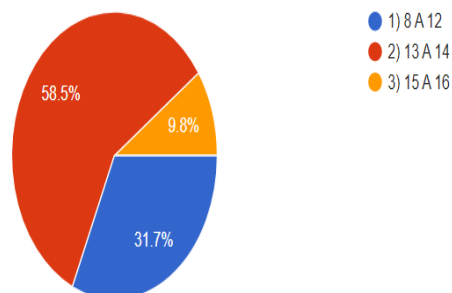
<b>Objetivo General:</b> Analizar la planificación de entrenamiento deportivo de los equipos de categorías menores de futbol de Juventus Fútbol Club, agosto – diciembre del año 2022	<b>Variable Conceptual</b>	<b>Sub Variables o Dimensiones</b>	<b>Indicadores Variable Operativa</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información</b>
				<b>Revisión Documental</b>
<b>Objetivo Específico. 4.</b> Elaborar una propuesta metodológica de planificación en un meso ciclo entrante y básico desarrollador con sus fases de entrenamiento deportivo para los equipos de las categorías menores del Juventus Fútbol Club	Propuesta metodológica de planificación en un meso ciclo entrante y básico desarrollador con sus fases de entrenamiento deportivo	Meso ciclo entrante y básico desarrollador con sus fases de entrenamiento	DIRECCIONES	<b>X</b>
			EDFG	
			RESISTENCIA AERÓBICA	
			RESISTENCIA ANAERÓBICA	
			FUERZA	
			RESISTENCIA ANAERÓBICA ALACTICA	
			RESISTENCIA ANAERÓBICA LACTICA	
			RESISTENCIA MIXTA	
			JUEGO	
			VELOCIDAD	
			FLEXIBILIDAD	
			PLIOMETRÍA	
			COMPENSACIÓN PREPARATORIA	
			TEST PEDAGÓGICO	
TEST PSICOLÓGICO				
TEST MÉDICO				



## 8. RESULTADOS

En la gráfica # 1 en relación a la variable socio demográfica de parámetros de edad de los niños, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador, refirió que: 66 de los 82 para el 59% de los niños están entre las edades de 13 a 14 años y 26 niños para el 31% se encuentran entre las

EDAD  
82 respuestas

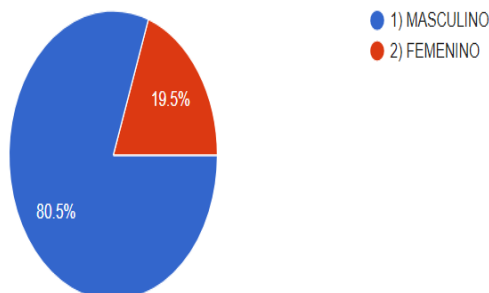


**Gráfica 1. Parámetro de edad de los Niños**

edades de 8 a 12 años de edad, finalmente 16 niños para el 10% son de las edades de 15 a 16 años.

En la gráfica # 2 en relación a la variable socio demográfica de sexo biológico, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: 66 de los niños para el 81% corresponden al sexo biológico masculino, y que 16 de ellos para 19% corresponden al sexo

SEXO  
82 respuestas

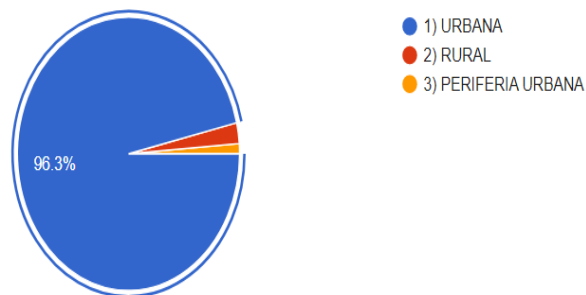


**Gráfica 2. Sexo biológico de los niños**

biológico femenino. Es decir, que la mayoría de los niños de las categorías menores del Juventus FC corresponden al sexo masculino.

En la gráfica # 3 en relación a la variable socio demográfica de procedencia, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador, refirió que: los niños proceden en un 96% de la zona urbana, y que solamente el 2% % proceden de la zona rural y periferia urbana respectivamente.

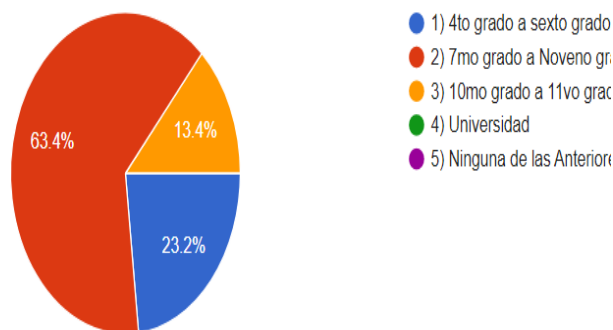
PROCEDENCIA  
82 respuestas



**Grafica 3. Procedencia de los niños**

En la gráfica # 4 en relación a la variable socio demográfica de nivel académico, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador, refirió que: los niños se encuentran en un nivel académico de séptimo a noveno grado en un 63%,

NIVEL ACADÉMICO  
82 respuestas

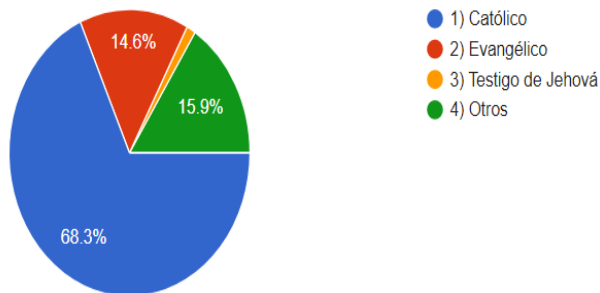


**Grafica 4. Nivel Académico de los niños**

además de que el 23% se encuentran en el nivel académico de cuarto a sexto grado, y que solamente el 13% se encuentran en el nivel académico de décimo a onceavo grado.

En la gráfica # 5, en relación a la variable socio demográfica de religión, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador, refirió que: el 68% de los niños pertenecen a la religión católica, el 16% pertenecen a otras religiones, y que el 15% pertenecen a la religión evangélica.

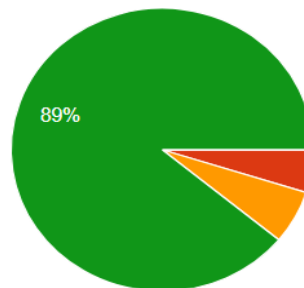
**RELIGIÓN**  
82 respuestas



**Grafica 5. Religión de los niños**

En la gráfica # 6 en relación a la variable ¿El niño se integra a las actividades realizadas en grupo?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños el 89% se integran siempre a las actividades realizadas en grupo, y que solamente 6% y 5% se integran regularmente y poco respectivamente.

**¿El niño (a) se integra a las actividades realizadas en grupo?**  
82 respuestas

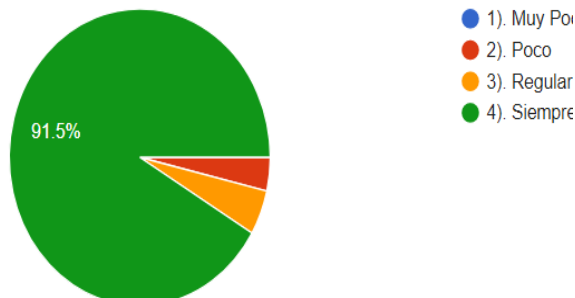


**Grafica 6. ¿Se Integra en Actividades en Grupo?**

En la gráfica # 7 en relación a la variable ¿El niño se organiza durante las actividades en equipo de trabajo?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños el 92% se integran siempre a las actividades realizadas en equipo de trabajo, y que solamente 5% y 3% se integran regularmente y poco respectivamente.

¿El niño (a) se organiza durante las actividades en equipo de trabajo?

82 respuestas

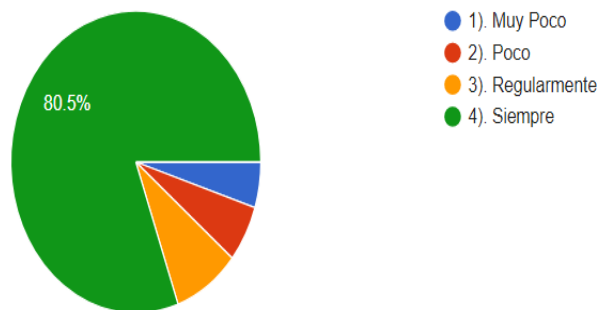


**Gráfica 7. ¿Se Organiza en Actividades en Equipo?**

En la gráfica # 8 en relación a la variable ¿El niño apoya en la motivación que presentan los demás miembros del grupo?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños el 81% apoya en la motivación

¿El niño (a) Apoya en la motivación que presentan los demás miembros del grupo?

82 respuestas



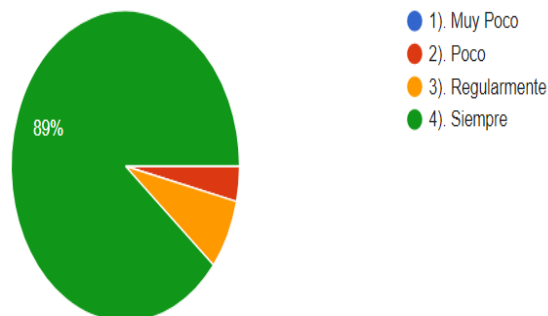
**Gráfica 8. ¿Apoya en la Motivación de los Demás?**

que presentan los demás miembros del grupo, y que solamente 4%, 3% y 3% se apoyan regularmente, poco y muy poco respectivamente.

En la gráfica # 9 en relación a la variable ¿El niño se muestra adaptado a su entorno durante el entrenamiento deportivo?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 89 niños 76 de ellos para el 89% se muestran adaptado a su

¿El niño (a) se muestra adaptado a su entorno durante el entrenamiento de deportes?

82 respuestas



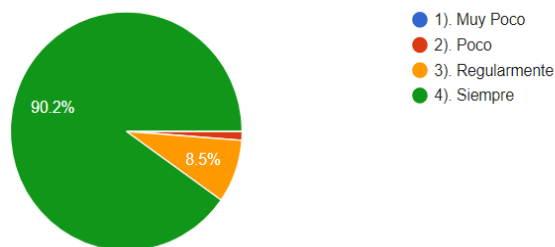
**Grafica 9. ¿Se Muestra Adaptado a su Entorno?**

entorno durante los entrenamientos, y que solamente el 6% y 5% se muestran regularmente y poco respectivamente adaptado a su entorno.

En la gráfica # 10 en relación a la variable ¿El niño se muestra adaptado a las orientaciones del entrenador y sus compañeros durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador

¿El niño (a) se muestra adaptado a las orientaciones del entrenador y sus compañeros durante el entrenamiento?

82 respuestas



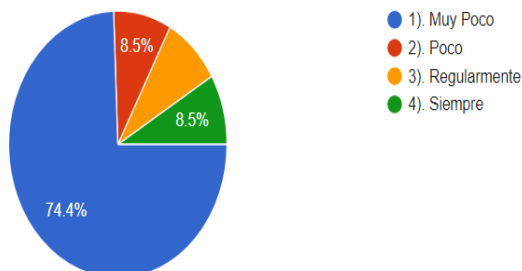
**Grafica 10. ¿Se Muestran Adaptado a las Orientaciones?**

refirió que: de los 82 niños 74 de ellos para el 90% se muestran siempre adaptados a las orientaciones del entrenador y sus compañeros, y que solamente el 9% y 1% se muestran regularmente y poco adaptado respectivamente.

En la gráfica # 11 en relación a la variable ¿El niño muestra dificultad de aprendizaje a las orientaciones del entrenador durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 61 de ellos para el 74% muestran muy poca dificultad de aprendizaje a las orientaciones del entrenador, y que 21 niños el 26% muestran siempre, regularmente y poca dificultad de aprendizaje respectivamente.

¿El niño (a) muestra dificultad de aprendizaje a las orientaciones del entrenador durante el entrenamiento?

82 respuestas

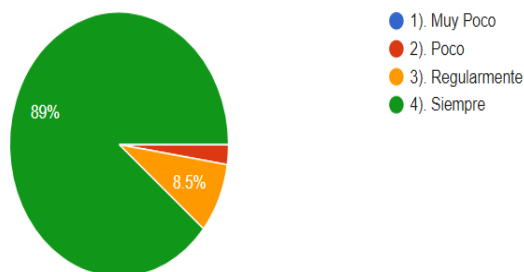


**Grafica 11. ¿Dificultad de Aprendizaje?**

En la gráfica # 12 en relación a la variable ¿El niño muestra atención a las orientaciones del entrenador y compañeros durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 73 de ellos para el 84% muestran siempre

¿El niño (a) muestra atención a las orientaciones del entrenador y compañeros durante el entrenamiento?

82 respuestas



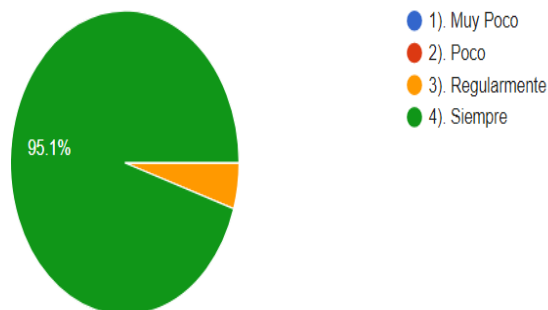
**Grafica 12. ¿Muestra Atención?**

atención a las orientaciones del entrenador y compañeros, y que 7 niños para el 9% muestran regularmente atención al entrenador y sus compañeros durante los entrenamientos.

En la gráfica # 13 en relación a la variable ¿El niño muestra respeto hacia el entrenador y compañeros durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 78 de ellos para el 96% muestran siempre respeto hacia el entrenador y compañeros, y que 4 niños el 4% muestran regularmente respeto hacia el entrenador y compañeros.

¿El niño (a) muestra respeto hacia el entrenador y compañeros durante el entrenamiento?

82 respuestas

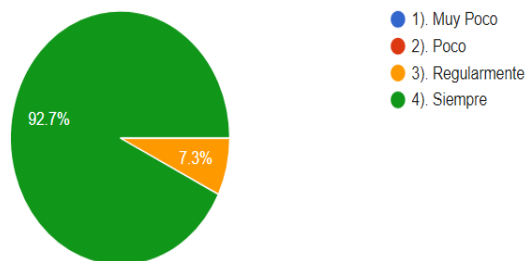


**Gráfica 13. ¿Muestran Respeto?**

En la gráfica # 14 en relación a la variable ¿El niño muestra disposición hacia las orientaciones del entrenador y compañeros durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 76 de ellos para el 93% muestran siempre disposición a las orientaciones del entrenador y compañeros, y que 6 niños el 7% muestran regularmente disposición hacia las orientaciones del entrenador y compañeros durante los entrenamientos.

¿El niño (a) muestra disposición hacia las orientaciones del entrenador y compañeros durante los entrenamientos?

82 respuestas

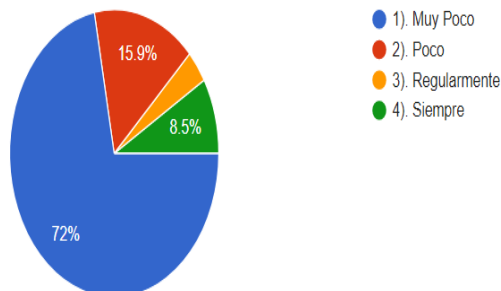


**Gráfica 14. ¿Muestran Disposición?**

En la gráfica # 15 en relación a la variable ¿El niño muestra impulsividad durante los entrenamientos?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños el 72% muestran muy poca impulsividad, y que el 16% muestran muy poca impulsividad

¿El niño (a) muestra Impulsividad durante los entrenamientos?

82 respuestas



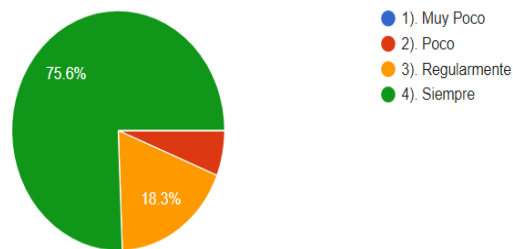
**Gráfica 15. ¿Muestran Impulsividad?**

durante los entrenamientos, además que el 9% muestra poca impulsividad durante los entrenamientos y finalmente el 3% muestran regularmente impulsividad durante los entrenamientos.

En la gráfica # 16 en relación a la variable ¿El niño muestra comunicación afectiva con el entrenador y sus compañeros durante los entrenamientos?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 62 de ellos para el 76% muestran siempre comunicación

¿El niño (a) muestra comunicación afectiva con el entrenador y compañeros durante los entrenamientos?

82 respuestas



**Gráfica 16. ¿Muestra Comunicación Asertiva?**

afectiva con el entrenador y sus compañeros, y que 15 niños el 18% muestran regularmente comunicación afectiva con el entrenador sus compañeros durante los entrenamientos.

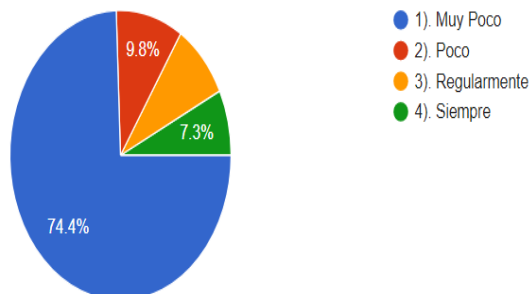


En la gráfica # 17 en relación a la variable ¿El niño muestra inseguridad durante los entrenamientos?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 61 de ellos para el 74% muestran muy poca inseguridad durante los entrenamientos,

y que 8 niños el 10% muestran poca inseguridad durante los entrenamientos, 7 de los niños para el 7% muestran regularmente inseguridad durante los entrenamientos.

¿El niño (a) muestra Inseguridad durante los entrenamientos?

82 respuestas

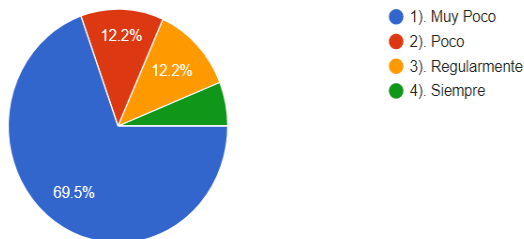


**Grafica 17. ¿Muestran Ansiedad?**

En la gráfica # 18 en relación a la variable ¿El niño muestra ansiedad durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 57 de ellos para el 70% muestran muy poca ansiedad durante los entrenamientos, y que 20 niños para el 24% muestran poco y regularmente ansiedad durante los entrenamientos respectivamente.

¿El niño (a) muestra Ansiedad durante el entrenamiento?

82 respuestas

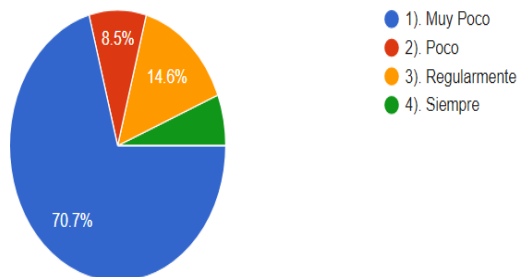


**Grafica 18. ¿Muestran Ansiedad?**

En la gráfica # 19 en relación a la variable ¿El niño muestra timidez durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 58 de ellos para el 71% muestran muy poca timidez durante el entrenamiento, y que 12 niños

¿El niño (a) muestra Timidez durante el entrenamiento?

82 respuestas



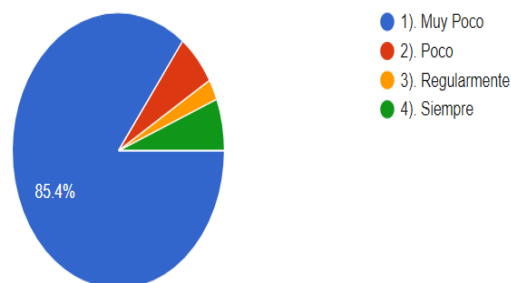
**Grafica 19. ¿Muestran Timidez?**

para el 15% muestran regularmente timidez durante el entrenamiento, y 7 y 5 niños para el 9% 4% muestran poca y siempre timidez durante el entrenamiento respectivamente.

En la gráfica # 20 en relación a la variable ¿El niño muestra agresividad durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 70 de ellos para el 84% muestran muy poca agresividad durante el entrenamiento, y que 10 niños

¿El niño (a) se muestra con Agresividad durante el entrenamiento?

82 respuestas



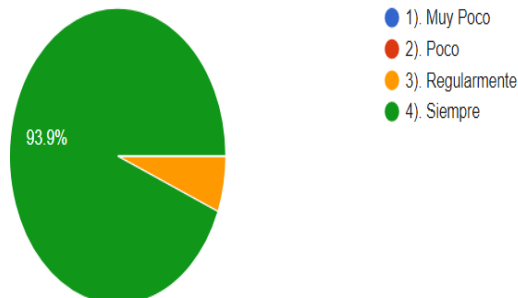
**Grafica 20. ¿Muestran Agresividad?**

para el 12% muestran siempre y muy poca ansiedad durante el entrenamiento, además 5 niños para el 4% muestran regularmente agresividad durante el entrenamiento.

En la gráfica # 21 en relación a la variable ¿El niño muestra felicidad durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 77 de ellos para el 94% muestran siempre felicidad durante el entrenamiento, y que 5 niños para el 6% muestran regularmente felicidad durante el entrenamiento.

¿El niño (a) se muestra con Felicidad durante el entrenamiento?

82 respuestas

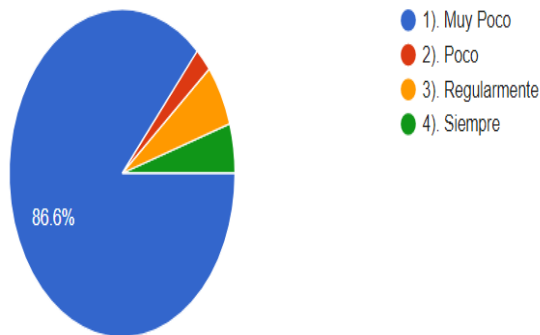


**Grafica 21. ¿Muestran Felicidad?**

En la gráfica # 22 en relación a la variable ¿El niño muestra tristeza durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 71 de ellos para el 87% muestran muy poca tristeza durante el entrenamiento, y que 5, 4 y 2 niños para el 7%, 4% y 1% muestran regularmente, siempre y muy poca tristeza durante el entrenamiento respectivamente.

¿El niño (a) se muestra con Tristeza durante el entrenamiento?

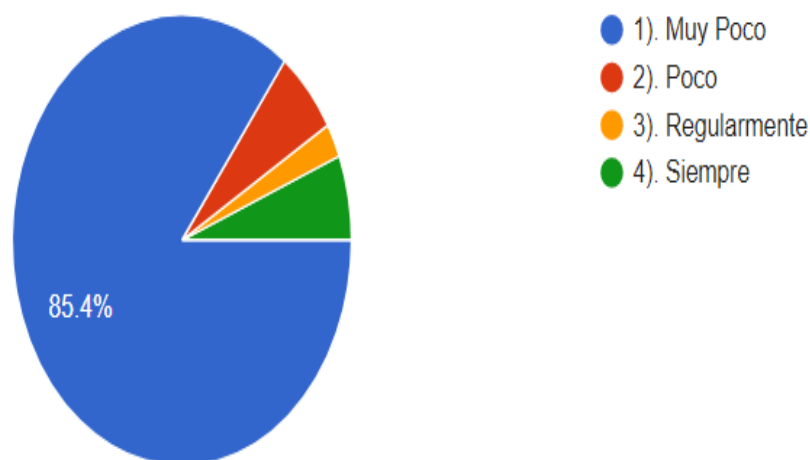
82 respuestas



**Grafica 22. ¿Muestran Tristeza?**

## ¿El niño (a) se muestra con Miedo durante el entrenamiento?

82 respuestas



**Grafica 23. ¿Muestran Miedo?**

En la gráfica # 23 en relación a la variable ¿El niño muestra miedo durante el entrenamiento?, al aplicar el instrumento de recolección de la información, el entrenador refirió que: de los 82 niños 70 de ellos para el 85% muestran muy poco miedo durante el entrenamiento, y que 10 niños para el 12% muestran siempre y poco miedo respectivamente, y que finalmente 2 niños para el 3% muestran regularmente miedo durante el entrenamiento respectivamente

## PROPUESTA DE PLANIFICACIÓN DE UN MESO CICLO ENTRANTE Y BÁSICO DESARROLLADOR

*Tabla 8. Propuesta de un Meso ciclo y Básico Desarrollador*

		<b>MESO CICLO ENTRANTE Y BASICO DESARROLLADOR</b>				
		<b>OBJETIVO:</b> Preparar físicamente al jugador mediante ejercicios de cargas generales.				
<b>JUVENTUS FUTBOL CLUB</b>		<b>Categoría:</b>	<b>Sesiones:</b>	<b>Edades:</b>		
<b>Entrenador:</b>		<b>Campeonato:</b>				
<b>Periodo:</b> Preparatorio		<b>Etapa:</b> EPFG Y EPFE		<b>Mes:</b>		
<b>Microciclos:</b>		O   OI   CH   R	<b>Semanas:</b>	<b>Calendario semanal:</b>		
		SEM1	SEM2	SEM 3	SEM 4	VOLUMEN TOTAL
DIRECCIONES						
EDFG						
RESISTENCIA AEROBICA						
RESISTENCIA ANAEROBICA						
FUERZA						
RESISTENCIA ANAEROBIA ALACTICA						
RESISTENCIA ANAEROBICA LACTICA						
RESISTENCIA MIXTA						
JUEGO						
VELOCIDAD						
FLEXIBILIDAD						
PLIOMETRIA						
COMPENSACION PREPARATORIA						
TEST. PEDAGOGICO						
TEST. PSICOLOGICO						
TEST. MEDICO						

## 9. CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos y los hallazgos relevantes descritos, el presente estudio arribó a las siguientes conclusiones:

La planificación de las categorías menores de la institución **Juventus Futbol Club** en base al meso ciclo entrante y básico desarrollador presentan un gran deficiente debido a que en esa etapa del entrenamiento no existía una exigencia ni seguimiento de parte de los encargados con los entrenadores de dichas categorías, desaprovechando un mejor desarrollo motriz de los niños y niñas que conforman estas academias, realizando sus planificaciones de entrenamiento por tanteo, sin una guía de trabajo más adecuada

En cuanto a la variable sociodemográficas la institución **Juventus Futbol Club** cuenta con 82 niños que conforman estas academias, 16 niñas y 66 niños, donde 79 son del casco urbano, 2 de procedencia rural y 1 de periferia urbana, 26 jugadores están entre las edades de 8-12 años, 48 jugadores están entre las edades de 13-14 años y 8 jugadores entre las edades de 15-16 años, 68.3% de ellos son católicos, 14.6% evangélicos, 1% testigo de jehová y 15.9% de otras religiones, Todos son estudiantes, 52 de ellos estudiantes de 7mo a 9 no grado, 11 estudiantes de 10mo a 11vo grado y 19 estudiantes de 4to a 6to grado

Así mismo se evaluó el comportamiento y actitudes que presentan cada uno de los jugadores en el entrenamiento, todo esto a través de una encuesta llenada por el entrenador de cada categoría dando como resultado que:

89% de jugadores siempre se integran a las actividades realizadas en grupo

91.5% de los jugadores se organizan en las actividades en grupos de trabajo

80.5% de los jugadores siempre apoyan con la motivación que presentan los demás miembros del grupo

89% de los jugadores se muestran adaptados a su entorno durante el entrenamiento

90.2% de los jugadores siempre se muestran adaptados a las orientaciones del entrenador y sus compañeros durante el entrenamiento

74.4% de los jugadores muestran muy poca dificultad de aprendizaje a las orientaciones del entrenador durante el entrenamiento

89% de los jugadores siempre muestran atención a las orientaciones del entrenador y sus compañeros durante el entrenamiento

95.1% de los jugadores muestran respeto al entrenador y compañeros durante el entrenamiento

92.7% de los jugadores muestran disposición hacía las orientaciones del entrenador

72% de los jugadores muestran muy poca impulsividad durante los entrenamientos

75.6% de los jugadores muestran comunicación afectiva con el entrenador y los compañeros

7.1% de los jugadores muestran asertividad con los entrenadores

74.4% de los jugadores tienen muy poca inseguridad durante los entrenamientos

69.5% de los jugadores tienen muy poca ansiedad durante los entrenamientos

70.7% de los jugadores muestran muy poca timidez durante los entrenamientos

85.4% de los jugadores muestra muy poca agresividad durante los entrenamientos

93.9% de los jugadores siempre muestran felicidad durante los entrenamientos

86.6% de los jugadores se muestra con poca tristeza durante los entrenamientos

85.4% de jugadores muestran muy poco miedo durante los entrenamientos

En cuanto a la guía de observación realizada a las planificaciones de los entrenadores no fue muy enriquecida por ser muy escasa y poco informativa con respecto a su meso ciclo de entrenamiento

Finalmente llegamos a la conclusión que si la institución adopta una estructura de trabajo más exigente con respecto a la planificación de cada uno de los entrenadores por cada meso ciclo de trabajo según la etapa en la que se encuentren obtendrán mejores resultados con el desarrollo de las categorías bases que poseen.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

- Blanco, A. (2012). Planificación del entrenamiento de un equipo de fútbol amateur. *EF Deportes*. Obtenido de <https://efdeportes.com/efd169/entrenamiento-de-un-equipo-de-futbol-amateur.htm>
- Carrasco, S. (2005). *Metodología de la investigación científica*. Lima: San Marcos.
- Cebrián, M. P. (2022). *mundoentrenamiento.com*. Obtenido de <https://mundoentrenamiento.com/habilidades-motrices-en-educacion-fisica/>
- D.L. Gallahue, O. J. (2006). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults. 6th ed.* Boston, PA: McGraw-Hill.
- Española, R. A. (1970). *DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA (Decimonovena Edición)*. MADRID: Espasa-Calpe.
- Española, R. A. (2001). *22.ª edición del Diccionario de la lengua española*. Obtenido de <https://www.rae.es/drae2001/f%C3%BAtbol>
- Flores, L. d. (13 de 12 de 2013). *UNAN León*. Obtenido de <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/bitstream/123456789/6290/1/225317.pdf>
- Gallahue, D. L. (2006). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults. 6th ed.* Boston: McGraw-Hill.
- Hernandez, R. (2006). *Metodologia de la investigación*. Mexico: MC Graw .
- historia, e. d. (10 de 2022). *enciclopediadehistoria.com*. Obtenido de <https://enciclopediadehistoria.com/historia-del-futbol/>
- ISAF. (16 de 7 de 2018). Obtenido de [www.institutoisaf.es](http://www.institutoisaf.es): <https://blog.institutoisaf.es/bases-del-entrenamiento-deportivo#:~:text=El%20entrenamiento%20puede%20considerarse%20b%C3%A1sicamente%20como%20una%20actividad,para%20compensar%20las%20demandas%20de%20las%20tareass%20practicadas.>
- Juventus FC. (07 de Septiembre de 2022). *Facebook: Juventus FC Nicaragua*. Obtenido de <https://www.juventusfcnic.com/club>
- Llana, D. M. (24 de 6 de 2014). *g-se.com*. Obtenido de [https://g-se.com/mesociclo\\_7424-bp-d57cfb26e7d6f3](https://g-se.com/mesociclo_7424-bp-d57cfb26e7d6f3)
- Llana, D. M. (2022). *blog.endurancegroup.org*. Obtenido de <https://blog.endurancegroup.org/mesociclo/>



- Llana, D. M. (29 de 6 de 2022). *blog.endurancegroup.org*. Obtenido de <https://blog.endurancegroup.org/mesociclo/>
- Matveev, L. (1977). *Periodización del entrenamiento deportivo*. Madrid: Raduga.
- Miaranda, J. G. (2015). desarrollo de la resistencia aerobica a traves de los mesociclos entrantes y basico desarrollador I, en las atletas de futbol fememnino de primera divicion de la unan managua. managua, Nicaragua.
- Ortegon, R. (mayo de 2012). *rafidortegon.blogspot.com*. Obtenido de <https://rafidortegon.blogspot.com/p/criticas-la-macroestructura-de-matveiev.html>
- Ortegon, R. (2012). *rafidortegon.blogspot.com*. Obtenido de <https://rafidortegon.blogspot.com/p/criticas-la-macroestructura-de-matveiev.html>
- Paleo, A. (20 de 10 de 2009). *BUena Forma*. Obtenido de <https://www.buenaforma.org/2009/10/20/244/#:~:text=El%20entrenamiento%20es%20definido%20por%20Matveiev%20%281983%29%20como,objeto%20de%20dirigir%20la%20evoluci%C3%B3n%20del%20deportista%20%E2%80%9D>.
- Pineda, E., & Alvarado, E. (2008). *Metodologia de la investigación 3era edición*. Honduras: Organizacion panamericana de la salud.
- Piura, J. (1995). *Introducción a la metodología de la investigación científica 4ta edición*. Nicaragua: Escuela de la salud publica.
- Platanov, V. (2001). *Teoria general del entrenamiento deportivo olímpico*. Paidotribo.
- Quintana, A. (2016). *LA PREPARACIÓN FÍSICA INTEGRADA PARA LA PRE-TEMPORADA EN EL FUTBOL*. Obtenido de UNIVERSIDAD DEL VALLE: <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/9391/3484-0510919.pdf;jsessionid=E86648FB04B0E78BE8ECB51F71565D2A?sequence=1>
- Revista Competize. (25 de Febrero de 2022). *competize.com*. Obtenido de <https://www.competize.com/blog/plan-entrenamiento-futbol-ejercicios-sesiones/>
- Rodas, M. y. (12 de 2012). *unan leon*. Obtenido de a) <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/bitstream/123456789/5768/1/222664.pdf>
- Solé, J. (2006). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Barcelona.
- Trujillo, J. O. (2011). Planificación del Entrenamiento Deportivo. En *Planificación del Entrenamiento Deportivo* (pág. 128). Medellin Colombia. Recuperado el 07 de Septiembre de 2022, de <https://biblioteca.inci.gov.co/handle/inci/2823>
- Ulloa, R. D. (1 de 2016). <http://www.efdeportes.com>. Obtenido de <https://efdeportes.com/efd92/ident.htm>

## 11. ANEXOS

### INSTRUMENTOS ELABORADOS DE ACUERDO A OBJETIVOS ESPECÍFICOS



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

#### CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Yo \_\_\_\_\_ he leído y comprendido la información anterior y mis preguntas han sido respondidas de manera satisfactoria. He sido informado y entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser publicados o difundidos con fines científicos. Convengo en participar en este proceso de investigación. Recibiré una copia firmada de esta forma de consentimiento.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma del: -----.

Fecha.

He explicado al Sr (a) \_\_\_\_\_ La naturaleza y los propósitos del tema en investigación, le he explicado acerca de los beneficios que implica su participación. He contestado a las preguntas en la medida de los posibles y he preguntado si tiene alguna duda.

Una vez concluida la sesión de preguntas y respuesta, se procedió a firmar el presente documento.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma del tutor.

Fecha.



JUVENTUS FC U 17			TORNEO NACIONAL U17 2022			
Formador:						
Semana 3						
SEMANA 3	MIERCOES		JUEVES		VIERNES	
HORRIO	01:00PM	T	01:00pm	T	01:00pm	T
	Movimiento Articular	20'	Movimiento Articular	20'	Juego Ludicos con aspectos tec-tac-psic.	10'
	Fundamentación		Reuda de Pases			
	Rueda de Pases		Trabajo Técnico			
	Conceptos Técnicos		Fundamentación			
Activación 2	Fuerza Tren superior	25'	Fuerza de Tren inferior	20'	trabajo técnico - táctico	25'
	tren inferior		Estaciones		conservación de balón	
	Estaciones		Fundamentos		Velocidad y Coordinación	
Activación 4	Trote de recuperación	15'	Trabajo Tec-Tac, para la mejora del control + pase y perfil duelos de 1v1 - 2v2 - 3v3		trabajo Colectivo tec - tac - psicológico	
Activación 5	Juego Táctico	30'			Juego colectivo	20'
	Flexibilidad			Flexibilidad		
	Charla técnica		Juego Posicional 6v6-7v7	20'	Charla Técnica.	
Variantes de Entreno	Trabajo de Polimetría: Trabajo completo del tren Superior y Inferior.					
Tiempo de Trabajo		90'		90'		90'



## MICROCICLO JUVENTUS U15

### U-15 MACULINO

**Trabajos recuperación, Trabajos Conceptos Tácticos Físico, Mejoramiento de Fuerza Corporal, Mejora de Movimientos Ofensivos y Defensivos,**

<b>Sem1</b>	<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>	<b>Sábado</b>	<b>Domingo</b>
Hora de trabajo 1:00 Pm a 3:00 pm	LIBRE	Juego amistoso vs Managua FC cranshow 2:00 pm	-Ejercicios regenerativos - Juego de posesión - Basculaciones y coberturas - Desmarques de apoyo y de ruptura más finalizaciones - Contraataques -Fuerza Core Pechadas y abdominales	-Coordinación - agilidad -Encarar ofensivos 1v1etc. - Transiciones AD-DA - Salida de balón desde zona1 corta y larga tras presión - posicionamiento tras perdida en zona 1-2-3 - Fuerza Core planchas	- Velocidad de reacción -Transiciones y toma de decisiones - Mejora de la finalización Por dentro y por bandas - Circulación de balón y finalización - Balón parado - Ejercicios Regenerativos -Fuerza Core Pechadas y Abdominales	Juego	Descanso

### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Nº	Ruta de actividades	Mes Agosto 2022			Mes Septiembre 2022				Mes Octubre 2022				Mes Noviembre 2022				Mes Diciembre 2022			
		S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2		
1	Delimitación del tema		X	X																
2	Planteamiento del Problema.			X	X	X														
3	Justificación				X	X	X													
4	Antecedentes					X	X													
5	Redacción de Objetivos General y Específicos			X	X	X	X		X											
6	Marco Teórico						X	X	X	X										
7	Diseño Metodológico									X	X	X								
8	Resultados											X	X							
9	Conclusiones												X	X	X	X				
10	Bibliografía						X	X	X	X	X									
11	Anexos												X		X	X				
12	Primer Entrega																X			
13	Entrega Final																	X		

**PRESUPUESTO DEL TRABAJO FINAL DE INVESTIGACIÓN**

RUBROS	CANTIDAD	UNIDAD	PRECIO UNITARIO EN C\$	SUB TOTAL EN C\$	TOTAL RUBRO C\$
<b><u>BIENES C\$:</u></b>					
LIBRETAS DE CAMPO	3	UNIDAD	30	90	90
LAPICEROS	6	UNIDAD	7	42	42
LAPIZ DE GRAFITO	3	UNIDAD	7	21	21
OTROS	5	UNIDAD	25	125	125
<b><u>SERVICIOS C\$:</u></b>					
TRANSPORTE	62	Taxis y bus	55	3,410	3,410
ALIMENTACIÓN	30	Almuerzos	120	3600	3600
IMPRESIONES	5	Documento	5	25	25
FOTOCOPIAS	50	Documento	0.50	25	25
OTROS	30	Recargas	20	600	600
<b>T O T A L</b>					<b>7,938</b>



## ENCUESTAS

**Objetivo:** Describir las características sociodemográficas de los niños que componen las categorías menores de los equipos de fútbol del Juventus FC.

**No. de encuesta:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ **Nombre del encuestador:** \_\_\_\_\_

### I. DATOS GENERALES.

**Marque con una “X”, SOLO UNA DE LAS OPCIONES.**

Nombre y apellido, dorsal y categoría: \_\_\_\_\_

**POSICION:** \_\_\_\_\_

**EDAD:** 1). 8 -12: \_\_\_; 2). 13 – 14: \_\_\_; 3). 15 – 16: \_\_\_ **SEXO:** 1). F: \_\_\_; 2). M: \_\_\_

**PROCEDENCIA:** 1). Urbana \_\_\_; 2). Rural: \_\_\_; 3). Periferia Urbana: \_\_\_

### **NIVEL ACADÉMICO:**

1). 4to grado a sexto grado: \_\_\_\_\_,

2). 7mo grado a Noveno grado: \_\_\_\_\_;

3). 10mo grado a 11vo grado: \_\_\_\_\_;

4). Universidad: \_\_\_\_\_

5). Ninguna de las Anteriores: \_\_\_\_\_

**RELIGIÓN:** 1). Católico \_\_\_; 2). Evangélico: \_\_\_; 3). Testigo de Jehová: \_\_\_, 4). Otros: \_\_\_

II. ASPECTOS DE INTEGRACIÓN SOCIAL Marque con una “X”, SOLO UNA DE LAS OPCIONES.

**TRABAJO EN EQUIPO**

**¿El niño (a) se integra a las actividades realizadas en grupo?:**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) se organiza durante las actividades en equipo de trabajo?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) Apoya en la motivación que presentan los demás miembros del grupo?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**CAPACIDAD PARA ADAPTARSE AL ENTORNO**

**¿El niño (a) se muestra adaptado a su entorno durante el entrenamiento de deportes?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_



**¿El niño (a) se muestra adaptado a las orientaciones del entrenador y sus compañeros durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

### **CAPACIDAD DE ATENCIÓN**

**¿El niño (a) muestra dificultad de aprendizaje a las orientaciones del entrenador durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) muestra atención a las orientaciones del entrenador y compañeros durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

### **RESPECTO HACIA LOS COMPAÑEROS**

**¿El niño (a) muestra respeto hacia el entrenador y compañeros durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;

3). Regularmente: \_\_\_\_\_;

4). Siempre: \_\_\_\_\_

### **DISPOSICIÓN**

**¿El niño (a) muestra disposición hacia las orientaciones del entrenador y compañeros durante los entrenamientos?**

1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;

2). Poco: \_\_\_\_\_;

3). Regularmente: \_\_\_\_\_;

4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) muestra Impulsividad durante los entrenamientos?**

1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;

2). Poco: \_\_\_\_\_;

3). Regularmente: \_\_\_\_\_;

4). Siempre: \_\_\_\_\_

### **COMUNICACIÓN AFECTIVA**

**¿El niño (a) muestra comunicación afectiva con el entrenador y compañeros durante los entrenamientos?**

1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;

2). Poco: \_\_\_\_\_;

3). Regularmente: \_\_\_\_\_;

4). Siempre: \_\_\_\_\_

### **ASERTIVIDAD**

**¿El niño (a) Muestra asertividad con el entrenador y compañeros durante los entrenamientos?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

### **AUTOESTIMA**

#### **¿El niño (a) muestra Inseguridad durante los entrenamientos?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

#### **¿El niño (a) muestra Ansiedad durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

#### **¿El niño (a) muestra Timidez durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

#### **¿El niño (a) se muestra con Agresividad durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) se muestra con Felicidad durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) se muestra con Tristeza durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**¿El niño (a) se muestra con Miedo durante el entrenamiento?**

- 1). Muy Poco: \_\_\_\_\_;
- 2). Poco: \_\_\_\_\_;
- 3). Regularmente: \_\_\_\_\_;
- 4). Siempre: \_\_\_\_\_

**!!! Muchas Gracias!!!**



## GUÍA DE OBSERVACIÓN

Objetivo: Identificar los aspectos del desarrollo de meso ciclos entrante y básico desarrollador con los que trabajan los entrenadores en el entrenamiento deportivo de fútbol para categorías menores del Juventus FC

### ENTRANTE

**VELOCIDAD:** 1). SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA A LA VELOCIDAD:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_,4). Repeticiones: \_\_\_\_

**FUERZA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA A LA FUERZA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_,4). Repeticiones: \_\_\_\_

**ELASTICIDAD:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA AEROBIA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA ANAEROBIA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA ANAEROBIA ALACTICA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA ANAEROBICA LACTICA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**CAPASIDAD DE REACCION:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**BASICO DESARROLLADOR**

**VELOCIDAD:** 1). SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA A LA VELOCIDAD:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4).  
Repeticiones: \_\_\_\_

**FUERZA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA A LA FUERZA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_,  
4). Repeticiones: \_\_\_\_

**ELASTICIDAD:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA AEROBIA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA ANAEROBIA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA ANAEROBIA ALACTICA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_,  
4). Repeticiones: \_\_\_\_

**RESISTENCIA ANAEROBICA LACTICA:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_,  
4). Repeticiones: \_\_\_\_

**CAPASIDAD DE REACCION:** SI: \_\_\_\_, 2). NO: \_\_\_\_3). Tiempo: \_\_\_\_, 4). Repeticiones: \_\_\_\_

CATEGORIA U 13 MASCULINO

















CATEGORIA U 15 FEMENINO

















CATEGORIA U 15 MASCULINO







## CATEGORIA U 17 MASCULINO













VISITA A OFICINAS DE JUVENTUS FC



