



POSGRADOS

MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA CON MENCIÓN EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

RPC-SO-26-No.634-2021

OPCIÓN DE TITULACIÓN:

PROYECTO DE TITULACIÓN CON
COMPONENTES DE INVESTIGACIÓN
APLICADA Y/O DE DESARROLLO

TEMA:

ANÁLISIS DE LOS EFECTOS DE LAS
METODOLOGÍAS GLOBAL Y ANALÍTICA
SOBRE LA MOTIVACIÓN, CONDICIÓN
FÍSICA Y TÉCNICA EN FUTBOLISTAS DE
INICIACIÓN

AUTORES:

HERNÁN GUILLERMO CARRILLO ARÉVALO
TELMO PATRICIO FERNÁNDEZ PÉREZ

DIRECTOR:

MARIO GERMÁN ÁLVAREZ ÁLVAREZ

CUENCA – ECUADOR
2024

Autores:**Hernán Guillermo Carrillo Arévalo.**

Licenciado en Cultura Física.

Candidato a Magíster en Actividad Física con Mención en Entrenamiento Deportivo por la Universidad Politécnica Salesiana – Sede Cuenca.

Trikis81@gmail.com

**Telmo Patricio Fernández Pérez**

Licenciado en Cultura Física.

Candidato a Magíster en Actividad Física con Mención en Entrenamiento Deportivo por la Universidad Politécnica Salesiana – Sede Cuenca.

Fpatricio100@hotmail.com

Dirigido por:**Mario Germán Álvarez Álvarez**

Licenciado en Ciencias de la Educación.

Especialidad Cultura Física.

Magister En Cultura Física.

malvareza@ups.edu.ec

Todos los derechos reservados.

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra para fines comerciales, sin contar con autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual. Se permite la libre difusión de este texto con fines académicos investigativos por cualquier medio, con la debida notificación a los autores.

DERECHOS RESERVADOS

2024 © Universidad Politécnica Salesiana.

CUENCA – ECUADOR – SUDAMÉRICA

HERNÁN GUILLERMO CARRILLO ARÉVALO

TELMO PATRICIO FERNÁNDEZ PÉREZ

Análisis de los efectos de las metodologías global y analítica sobre la motivación, condición física y técnica en futbolistas de iniciación

DEDICATORIA

En principio dedico este trabajo a mi Dios quien me dio el espíritu, la fuerza y el coraje para plantearme metas y objetivos en la vida que debía cumplir y que, con su beneplácito, estoy logrando.

Luego, está mi madre, quien me ha inculcado valores y ha sido mi guía, estímulo y motivación en todo lo que me he propuesto lograr., sin sus palabras de aliento no hubiera podido alcanzar esta meta. Ella siempre, ahí en todos mis momentos difíciles o vulnerables.

También dedico mi trabajo a mi padre, quien a pesar de que tuvo que migrar para poder cumplir con una mejor calidad de vida para su familia, siempre está conmigo en todo momento dándome ánimos para seguir adelante.

Por último, pero no menos importantes, dedico mi trabajo a mis hermanos, quienes me brindan amor, comprensión, compañerismo y muy buenos consejos para seguir siempre hacia adelante cumpliendo y alcanzando objetivos.

TELMO PATRICIO FERNÁNDEZ PÉREZ

DEDICATORIA

A mis amados padres, Edison Carrillo y Luz María Arévalo por su amor incondicional y por creer en mí desde el primer día. Por sus sacrificios y su apoyo constante que han sido la clave de mi éxito.

A mis hijos e hija, Hernán David, Hernán Guillermo y Mia Valentina, por ser la fortaleza que cada día me permite seguir adelante en el camino de la superación.

A mis hermanas, Daniela, Belén y mi sobrino Danielito, y a toda la familia que me brindaron su apoyo de principio a fin.

¡A ustedes Dios les pague!

HERNÁN GUILLERMO CARRILLO ARÉVALO

AGRADECIMIENTO

A nuestro tutor, Lic. Mario Álvarez por su tiempo y dedicación para cumplir de mejor manera los procedimientos en el trabajo de titulación.

A los Profesores de los diferentes módulos académicos que gracias a ellos adquirimos varios de sus conocimientos y sembraron en nosotros el interés, convicción y amor hacia nuestra profesión.

A los entrenadores de las escuelas deportivas, “Guacamayos F.C.” de azogues y “Escuela del 10 Biblián F.C.”; por habernos permitido realizar y trabajar con el proyecto de intervención con los deportistas.

finalmente, a cada uno de nuestros familiares, amigos y conocidos

¡A todos, gracias por el apoyo recibido!

Telmo Patricio Fernández Pérez

Hernán Guillermo Carrillo Arévalo

TABLA DE CONTENIDO

Resumen	8
Abstract	9
1.	102.
	¡Error! Marcador no definido.3.
	133.1.
	133.1.1
	143.2.
	¡Error! Marcador no definido.3.3.
	163.4.
	183.5.
	¡Error! Marcador no definido.4.
	204.1.
	¡Error! Marcador no definido.4.2.
	204.3.
	204.4.
	224.5.
	¡Error! Marcador no definido.5.
	245.1.
	¡Error! Marcador no definido.5.2.
	¡Error! Marcador no definido.5.3.
	316.
	¡Error! Marcador no definido.7. Referencias
	33
8.	37

ANÁLISIS DE LOS
EFECTOS DE LAS
METODOLOGÍAS
GLOBAL Y ANALÍTICA
SOBRE LA
MOTIVACIÓN,
CONDICIÓN FÍSICA
Y TÉCNICA EN
FUTBOLISTAS DE
INICIACIÓN

AUTORES:

TELMO PATRICIO FERNÁNDEZ PÉREZ
HERNÁN GUILLERMO CARRILLO
ARÉVALO

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como finalidad el analizar los efectos de las metodologías global y analítica sobre la motivación, condición física y técnica en futbolistas de iniciación, por lo cual, se propuso como objetivo el evaluar los métodos global y analítico, de manera separada, pues ambos integran los fundamentos técnicos necesarios para la etapa temprana en la iniciación al fútbol. La metodología fue de corte cuantitativo, cuasiexperimental y corte longitudinal, y se llevó a efecto en la provincia del Cañar-Ecuador, durante los meses de mayo y junio del 2023. Se trabajó con los deportistas en edades comprendidas entre los 11-12 años de edad (11.5 ± 0.6 años), que asisten actualmente a las escuelas de fútbol formativo “Guacamayos F.C.” de Azogues (30 niños) y “Escuela del 10 Biblián F.C.” (30 niños). Cada grupo estuvo integrado por deportistas con similares características motivacionales, físicas y técnicas con el fin de evitar el riesgo de sesgo. Se llegó a la conclusión de que ambas metodologías son importantes para desarrollar la motivación, condición física y técnica en futbolistas de iniciación, sin embargo, la metodología global resultó ser de mayor relevancia.

Palabras clave:

Iniciación deportiva, niños, futbol, métodos, intervención.

ABSTRACT

The purpose of this work was to analyze the effects of the global and analytical methodologies on the motivation, physical condition and technique in beginner soccer players, therefore, the objective was proposed to evaluate the global and analytical methods, separately, since Both integrate the technical foundations necessary for the early stage of the introduction to football. The methodology was quantitative, quasi-experimental and longitudinal, and was carried out in the province of Cañar-Ecuador, during the months of May and June 2023. We worked with athletes between the ages of 11-12 (11.5 ± 0.6 years), who currently attend the "Guacamayos F.C." de Azogues (30 children) and "Escuela del 10 Biblián F.C." (30 children). Each group was made up of athletes with similar motivational, physical and technical characteristics in order to avoid the risk of bias. It was concluded that both methodologies are important to develop motivation, physical condition and technique in beginner soccer players; however, the global methodology turned out to be more relevant.

Keywords:

Sports initiation, children, soccer, methods, intervention.

1. INTRODUCCIÓN

Las necesidades educativas han cambiado con el tiempo, al igual que los métodos educativos utilizados en todos los contextos y, el campo deportivo no es la excepción, y por eso es preciso y necesario que los entrenadores usen métodos de enseñanza que resulten beneficiosos para formar a los jugadores que tienen a su cargo, ya que de no ser posible se podrían presentar problemas y dificultades como las que se están observando en la actualidad debido a que los entrenadores deportivos no diferencian las individualidades y potencialidades de cada jugador y la manera en la que deberían de ser entrenadas, por lo cual, el rendimiento no se está evidenciando apropiadamente (Castillo, 2021; Verdú y Alzamora, 2015).

La elección de los métodos debería estar en función a las características y posibilidades de cada jugador en el campo. En lo que respecta al fútbol, se han realizado análisis fisiológicos para medir las etapas del entrenamiento; sin embargo, todavía se necesitan variables que profundicen en los parámetros de la actividad física, sobre todo en las primeras etapas del entrenamiento (García-Angulo et al., 2019).

Esta situación exige cada vez más al entrenador que desarrolle un proceso de formación constante, en donde se capacite y pueda por medio de las distintas metodologías, mejorar el desempeño del futbolista y la actuación en el campo. Se sabe que los partidos de competición son un gran escenario para el aprendizaje, y es precisamente en este contexto, en las sesiones de entrenamiento, donde el entrenador debería proponer los ejercicios y seleccionar los métodos de enseñanza que él cree más convenientes para formar a sus jugadores (Oliva-Lozano et al., 2022).

Al respecto, diferentes estudios se han realizado con el objetivo de analizar la motivación y los métodos de enseñanza en el fútbol, así como, su efectividad (Motato y Quilindo, 2021; Naza, 2018), encontrándose que el uso de los métodos global y analítico de forma mixta posibilitan una mejor asimilación del aprendizaje y con una mayor motivación entre los jugadores, siendo estos, un elemento esencial de cualquier programa de enseñanza deportiva si se pretende obtener un mayor rendimiento deportivo (Bernal-Reyes et al., 2018; Trigueros et al., 2019).

En este punto cabe resaltar que los estudios enfocados en la comparación de metodologías de enseñanza de fútbol en iniciación deportiva no han sido del todo efectivos; es decir, no han obtenido resultados contundentes al interior del proceso de entrenamiento (García-Angulo et al., 2019). Es por eso que en el presente trabajo se propuso como objetivo el evaluar los métodos global y analítico, de manera separada, pues ambos integran los fundamentos técnicos necesarios para la etapa temprana en la iniciación al fútbol.

2. DETERMINACIÓN DEL PROBLEMA

En edades tempranas, los niveles de actividad física desarrollados suelen estar por debajo de los niveles óptimos (Calvo & Calleja, 2009) y el problema parece ser la metodología que se emplea en el entrenamiento y formación de los jugadores (Calvo & Calleja, 2010), donde no se toman en cuenta las individualidades y de allí que se considera que los entrenadores deben utilizar métodos de enseñanza que resulten beneficiosos para formar a los jugadores, y es por esto que en el presente trabajo se tuvo la necesidad de dar respuesta a un problema sobre el desconocimiento que se tiene de la incidencia del método global y el método analítico en la motivación, condición física y técnica de los deportistas que asisten a las escuelas de fútbol formativo “Guacamayos F.C.” de Azogues y “Escuela del 10 Biblián F.C.”.

Específicamente, en el contexto ecuatoriano, no se han realizado investigaciones previas que hayan determinado dicha influencia en la población deportiva de edades entre los 11 y 12 años, aunque se tiene conocimiento de que en el Ecuador se trabaja más la metodología analítica, antes que la global en la iniciación del fútbol (Albán & Torres, 2022).

Dicho vacío de conocimiento abre la posibilidad de que los deportistas que asisten a las escuelas mencionadas no estén lo suficientemente motivados (Monroy & Sáez, 2011), por tanto, podrían optar por detener el entrenamiento o por no poner el esfuerzo necesario para cumplir los objetivos programados por sus entrenadores. En tal sentido, al no contar con datos estadísticos que describan esta situación, difícilmente se podrían plantear alternativas que mejoren las variables descritas.

3. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

3.1. LA MOTIVACIÓN

Según Padovan (2020), la motivación es la unión de dos vocablos latinos motus (traducido como movido) y motio (que significa movimiento) y se basa en aquellas cosas que inducen a una persona a llevar a cabo ciertas acciones y a mantener estable su comportamiento hasta conseguir todos los objetivos propuestos. Al respecto la motivación en los deportistas no solo influye en el momento de realizar las prácticas, sino que también incide sobre la alimentación, trabajo, estudios y otros aspectos importantes que se sitúan en las distintas etapas que atraviesa durante el entrenamiento, y que además implica incertidumbre, miedo, dolor, entre otros (García et al., 2014).

La motivación hacia las actividades deportivas puede ser entendida como la convergencia de distintas variables de índole social, ambiental e individual que involucran el querer realizar distintas actividades deportivas, así como la frecuencia, intensidad y persistencia con la cual realice la actividad para obtener un eficaz rendimiento, pudiendo ser esta motivación tanto extrínseca como intrínseca (Rojas, et al., 2022).

En cuanto a la motivación extrínseca, es aquella que se desarrolla cuando un individuo cumple una acción o actividad por estímulos externos que generan una actitud específica para alcanzar objetivos y metas, pero con el aliciente de una recompensa, es decir, es aquella que se genera por factores externos a la persona y comúnmente se trata de obtener premios o recompensas a la acción llevada a cabo (Posso, 2023). En el caso específico de los futbolistas en iniciación, la motivación extrínseca los guía a realizar las actividades solo para lograr ganar el premio de las competencias en las cuales se vean involucrados (Álvarez & Rojas, 2021).

En la motivación extrínseca se distinguen cuatro tipos de regulaciones: *externa*, la cual responde a la obtención de estímulos como premios; *introyectada*, se relaciona a las expectativas de auto aprobación, es decir, los individuos moldean sus conductas en función a la valoración que hacen de ellos otras personas; *identificada*, en esta

regulación el individuo ejerce sus acciones en función a una motivación por un beneficio que le otorga su actividad, autónomo al hecho del agrado que le pueda ocasionar; *integrada*, esta describe la mayor autonomía de la motivación extrínseca. Aquí el individuo actúa motivado a un compromiso con alguna institución social como sería el caso de ayudar a cumplir con la misión y visión de un club deportivo por medio de sus principios y valores (Rojas et al., 2022).

En lo que respecta a la motivación intrínseca, se dice que es el estímulo interno que tiene un individuo cuando desea realizar una actividad que se genera por un interés personal, por lo cual, la motivación surge del interior de la persona, sin la intervención de factores externos que pudieran influir sobre las decisiones o actividades que desea realizar. Las acciones se rigen por estímulos propios e internos, es decir, se realizan solo por la satisfacción personal debido a que les generan cambios agradables en su autodeterminación, curiosidad, desafío y esfuerzo (Álvarez & Rojas, 2021).

La motivación intrínseca se potencializa en los entrenamientos deportivos porque despierta el interés por conocer y aprender algo nuevo, lo cual, forja retos a asumir alcanzar y superar, además del deseo por realizar la actividad con agrado e interés (Tuta, 2021). Esta motivación se reconoce por ser un conductor hacia el logro de objetivos y metas pues logra que el individuo dirija su interés hacia un aspecto específico, en este caso con la culminación de los entrenamientos y juegos de manera positiva (Álvarez & Rojas, 2021).

En cuanto a la realización de este trabajo, se consideró de mayor relevancia la motivación intrínseca debido a que implica el trabajo del deportista por autodeterminación y actividad per se, es decir, por sí mismo, o en sí mismo. Aunque los premios y reconocimientos son importantes, es de mayor relevancia el considerar que los deportes, en este caso el fútbol, es importante para la salud física y mental de niños y adolescentes (Merayo, 2023).

3.1.1 TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN (TAD) Y MOTIVACIÓN

Según Deci y Ryan (1985); Stover y Bruno (2017), la teoría de la autodeterminación (TAD) va dirigida a la manera en la cual se genera la motivación humana y la personalidad. Según esta teoría la motivación se produce por métodos

reales tradicionalistas al mismo tiempo que le da relevancia al desarrollo de los recursos humanos internos a fin de ampliar la personalidad y autorregulación de la conducta, es decir, la TAD, explica cómo los individuos desarrollan una motivación autodeterminada debido a tres necesidades esenciales que son la autonomía, la competencia y las relaciones sociales. Además, indican que las personas son organismos activos con proyección hacia el esfuerzo por alcanzar retos.

Según Tovar (2021), una manera de motivación autónoma o autodeterminada en el contexto de motivación extrínseca, involucra la regulación por medio de la identificación, es decir, la forma en la cual el individuo se identifica y refleja sus acciones a través de una medida consciente para obtener un objetivo de comportamiento o regulación tal que esa acción es aceptada como propia en cuanto la considera muy importante. Por otra parte, la motivación autónoma intrínseca es un tipo de motivación más integrada que la extrínseca debido a que las acciones se llevan a cabo no tan solo para producir resultados separables sino más bien para su disfrute y de allí que cuando los individuos internalizan las regulaciones y las unen a su yo interno, aprecian una mayor autonomía en la acción (Naranjo, 2009).

3.2. TÉCNICA DEPORTIVA

La técnica deportiva es uno de los factores más efectivos para desarrollar los componentes del rendimiento deportivo, es decir, conducen a desplegar en un deportista las aptitudes para llegar a desenvolverse apropiadamente en una competencia o en su desempeño deportivo durante toda su vida profesional, esto debido a que interviene en muchos de los momentos concluyentes de cada modalidad deportiva, llevando al jugador al logro de los objetivos deportivos planteados en una competencia (Piepiora & Gumienna, 2020).

En este contexto Predoiu y Predoiu (2020) indican que para lograr el desarrollo de las capacidades de los jugadores y obtener buenos resultados, las técnicas deben incluir la intervención de los cinco sentidos (tacto, oído, vista, olfato y gusto). Además, se debe tener en cuenta la representación, la emoción, el contexto, las actividades que se realizan y el tiempo.

La técnica involucra procedimientos cotidianos y la destreza o habilidad que se deben desplegar para desarrollar las actividades motrices deportivas de manera efectiva

y con racionamiento energético, así como, para utilizar los procedimientos y recursos de la mejor manera posible a fin de ejecutar cualquier cosa, o para alcanzar alguna meta, es decir, se deben realizar los movimientos propios de la disciplina, como las variaciones que se puedan presentar, dependiendo de la situación (Bermejo, 2013; Correa, et al., 2009).

3.3. MÉTODOS DE ENSEÑANZA

En lo que respecta a los métodos de enseñanza para el fútbol, se considera que cada entrenador utiliza el método que precisa según las características de sus jugadores y los materiales de los cuales dispone para realizar su trabajo. Sin embargo, según Granizo (2023) en el proceso educativo del fútbol se deben implementar métodos eficaces y, aunque existen varios, son dos los que permiten un mayor desarrollo en el rendimiento de los jugadores. Estos métodos son: el método global y, el método analítico.

El método global permite trabajar simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos, poniendo a prueba las capacidades cognitivas de los jugadores, representa una situación de juego real de forma completa donde el jugador se enfrenta a un problema que decide resolver y donde intervienen los distintos elementos del juego tales como el balón, el reglamento, los compañeros, los retadores y tantos otros elementos como los que exija el juego (Verdú et al., 2015).

En tanto que, en el método analítico, se dividen los elementos que se manejarán de una manera descontextualizada del juego real, es decir, se trabaja más el físico, de forma tal que no se toman en cuenta los elementos en su conjunto sino algunos aspectos como una técnica en especial con el balón. Esta metodología implica que el jugador realice actividades dirigidas especialmente al aprendizaje de uno o varios fundamentos teóricos, ajenos al deporte que se practica (Verdú et al., 2015).

Este método es el más utilizado para el entrenamiento de fútbol con niños, no obstante, no es muy apreciado debido a que presenta desventajas en cuanto a la rutina tan monótona y la estandarización que representa (Diloy-Peña & Sevil-Serrano, 2022).

El método global es más apreciado por encargarse de integrar aquellas etapas y fases del entrenamiento que no se cubren en el método analítico ya que en este último, se abordan por separado; por lo tanto, el método global tiene una considerable ventaja

sobre el método analítico, tanto en lo físico, como en lo técnico y lo táctico. Otra característica a resaltar que favorece al uso del método global es el hecho de que el jugador interactúa más con los otros jugadores ya que conforma una situación de juego real y completo (Merchán et al. 2017).

La actitud de los entrenadores ante futbolistas de iniciación en general debería ser objetiva, positiva y constructivista. Es un hecho importante el ser objetivo debido a que se debe medir con integridad la manera en la cual actúan los jóvenes antes, durante y después del partido. Además, tiene que ser positiva para motivar al jugador a seguir hacia adelante (Buceta, 2018).

No obstante, dependiendo del tipo de metodología, la actitud del entrenador tiende a ser diferente. En cuanto al entrenador que aplica la metodología global es un poco más exigente que el del método analítico debido a que la metodología global trabaja simultáneamente varios aspectos, por lo cual, debe estar más atento, más preparado, con mayor habilidad, destreza y conocimiento de los distintos aspectos a abarcar, sin perder la objetividad, mientras que el entrenador que aplica la metodología analítica tiene una actitud más pasiva debido a que trabaja con un aspecto o técnica en especial y no tiene la carga de trabajo que tiene el entrenador del método global (Correa et al., 2011).

Sin embargo, ambos entrenadores deben analizar los errores de manera tal que no se presenten de forma negativa, sino que siempre deben animar a los jugadores a seguir hacia adelante, explicando que, de cada error, se tiene una enseñanza y, por último, los entrenadores en ambos métodos deben aprovechar para que sus jugadores, individualmente y como conjunto, obtengan un beneficio deportivo y humano por medio de la construcción de su propio conocimiento y educación como equipo (Buceta, 2018).

En cuanto al papel que deben cumplir los jugadores en base al método utilizado, el método global permite al jugador tomar un papel de líder, enfrentando situaciones que pueden surgir durante un partido y las resuelve de manera apropiada debido a que el entrenamiento con el método global se hace en situaciones reales, mientras que el jugador entrenado con el método analítico, tiene un papel más pasivo y lleva a cabo solo las acciones que le ordena el entrenador ya que no practica en situaciones reales y se le complica el tomar decisiones en el campo (Andrade et al., 2023).

3.4. MÉTODOS DE ENSEÑANZA Y MOTIVACIÓN EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA

Según Martín (2023) uno de los factores que pueden incidir en los jugadores que se están iniciando en algún tipo de deporte es la metodología que se aplica y la motivación que genera el tipo de metodología utilizada.

En este sentido, el método global genera motivación en la iniciación deportiva debido a que presenta los elementos de la lógica interna del deporte con acciones reales de juego, lo cual impulsa a los jugadores a tener un alto rendimiento, mientras que en el método analítico el jugador deduce conscientemente y ejecuta cada uno de los movimientos que le indica el entrenador para alcanzar los objetivos y metas, por lo cual es difícil mantener la motivación y el rendimiento en la iniciación deportiva. En el método analítico no se tiene el elemento lúdico, el juego real, por lo cual se pierde motivación (Andrade et al., 2023).

Asimismo, la metodología debe cubrir tendencias actuales no las tradicionalistas, en donde se avocan a paradigmas limitantes, que se orientan a adquirir las habilidades y destrezas por medio de repeticiones y memorizaciones lineales de actividades técnicas. Ahora se siguen tendencias más motivantes sobre todo en la iniciación del deportista quien debe recibir estímulos que generen la adquisición de las competencias (Cumbicos, 2022).

Para lograr el cometido del entrenamiento en la iniciación deportiva y generar motivación, el entrenador debe ser un especialista que sepa realizar sesiones de trabajo de grupo dentro y fuera del área de entrenamiento, creando un clima motivacional y de adherencia a la práctica deportiva, que genera el disfrute en el desarrollo de las sesiones. Para ello, el entrenador debe desarrollar las cualidades de creatividad y autonomía en cada jugador (Martín, 2023).

3.5. EFECTO DEL MODELO DE ENSEÑANZA SOBRE LA CONDICIÓN FÍSICA Y TÉCNICA EN FUTBOLISTAS DE INICIACIÓN

Según Pérez et al. (2020), un momento relevante en cualquier deporte es la iniciación, ya que, los comienzos son a veces complicados y en ello inciden los modelos

de enseñanza porque dependiendo de la manera en la cual se produzca el proceso los niños podrán desarrollar su condición física y técnica.

De hecho, cada método a su manera aporta de una forma o de otra a determinadas aptitudes de los deportistas y de allí que, para lograr el cometido con la técnica, sería relevante el diagnosticar, estudiar y analizar el método que pueda ser más beneficioso que a veces implica el unir las distintas metodologías que se tienen (Vinuesa & Vinuesa, 2016).

Según Benítez (2009), el fútbol en jugadores de iniciación es un deporte que debe entenderse como una herramienta de formación en niños y adolescentes, quienes podrán desarrollar su condición física y técnica por medio de métodos específicos de aprendizaje. Al respecto, en este trabajo, se tratan dos métodos importantes que son el método global y el método analítico, los cuales, cada uno a su manera colaboran en el desarrollo de la condición física y técnica de los futbolistas de iniciación, no obstante, al respecto Benítez (2009) considera que en niños y adolescentes se debe aplicar el método global debido a que se deben evitar las técnicas demasiado instructivas y rutinarias de la metodología analítica porque se debe dar libertad de acción a los jugadores en el desarrollo del juego y para ello deben realizar un entrenamiento más participativo y creativo.

Asimismo, el método global permite un mayor desarrollo motriz, lo cual, incide en el desarrollo de la condición física y técnica, mientras que el método analítico por ser sesgado, es decir, por realizar las actividades de manera aislada al juego, permite también el desarrollo de la condición física y técnica, pero de manera más sutil se va adquiriendo la condición poco a poco (Benítez, 2009).

En tal virtud, el propósito de este estudio fue el analizar los efectos de las metodologías global y analítica, sobre la motivación, condición física y técnica en futbolistas de iniciación.

4. MATERIALES Y METODOLOGÍA

4.1. DISEÑO

La presente investigación fue de naturaleza cuantitativa, cuasiexperimental y corte longitudinal, y se llevó a efecto en la provincia del Cañar-Ecuador, durante los meses de mayo y junio del 2023.

4.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

Para el presente estudio se trabajó con los deportistas en edades comprendidas entre los 11 y 12 años de edad (11.5 ± 0.6 años), que asisten actualmente a las escuelas de fútbol formativo “Guacamayos F.C.” de Azogues (11 niños de 11 años, 19 niños de 12 años) y “Escuela del 10 Biblián F.C.” (16 niños de 11 años y 14 niños de 12 años). Se organizaron dos grupos de 30 deportistas cada uno, por cada escuela. Cada grupo estaba integrado por deportistas con similares características motivacionales, físicas y técnicas con el fin de evitar el riesgo de sesgo.

Se consideraron algunos criterios de inclusión para la participación, entre esos: a) Deportistas inscritos para el periodo 2022-2023 en las escuelas de fútbol formativo “Guacamayos F.C.” de Azogues y “Escuela del 10 Biblián F.C.”; y b) Deportistas en edades comprendidas entre los 11 y 12 años.

En la escuela “Guacamayos F.C.” se implementó la metodología global; mientras que la metodología analítica se implementó en la “Escuela del 10 Biblián F.C.”

4.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE MEDIDA

Para medir el nivel de motivación de los jugadores, se aplicó el Cuestionario de la Regulación de la Conducta en el Ejercicio (BREQ-3). Este cuestionario se compone de 23 ítems que busca indagar sobre las regulaciones: intrínseca, integrada, identificada, introyectada, externa y desmotivación e inicia con la afirmación: “Yo hago ejercicio físico...”. Las respuestas se puntúan a través de una escala tipo Likert donde 0 es “nada verdadero” y 4 “totalmente verdadero”. El nivel de fiabilidad de este cuestionario analizado por medio del Alfa de Cronbach fue de 0.78.

Por su parte, para medir la condición física y técnica de los futbolistas se aplicaron algunos test que se consideraron los más relevantes luego de realizar la revisión de la literatura, los cuales se describen a continuación:

1. *Test de Yo-Yo nivel 1*: La prueba del Yo-Yo consistió en una prueba de campo que tuvo el propósito de evaluar la capacidad aeróbica de los deportistas; es decir, se empleó para calcular el parámetro de consumo máximo de oxígeno (VO_{2max}). El test se efectuó corriendo entre 2 puntos, separados entre sí por una distancia de 20 metros. Se iniciaba con un pitido, momento en el cual el deportista corría hacia el otro extremo (García et al., 2019).

El ritmo se incrementaba a medida que pasaba el tiempo y los grados de intensidad. La prueba finalizaba cuando el deportista no completaba en dos ocasiones la distancia existente entre un pitido y otro. En el nivel 1, que es para principiantes (y el que se aplicó con los deportistas de 11 a 12 años). Se comenzaba a una velocidad de 8 Km/h (se disponía de 9 segundos para cubrir la distancia reglamentaria de 20 metros).

2. *Sprint test*: Sirvió para medir la velocidad y rapidez del movimiento del deportista en una distancia específica previamente definida (20 metros). La persona que cronometraba le indicaba al sujeto evaluado que recorra la distancia lo más rápido posible. Al momento de terminar el sprint, se anotaban los resultados (Nara et al., 2022).

3. *Test Jump Length*: consistió en realizar repeticiones de saltos. El deportista se colocaba de manera lateral a una pared con los pies juntos. Se registraba una primera marca con el deportista en posición de pie con los brazos extendidos de modo vertical hacia arriba; para la segunda marca se ejecutaba un salto y se marcaba la altura máxima, la distancia entre la primera marca y la segunda constituía la fuerza en el tren inferior (Klabora, 2000).

4. *Dinamometría*: Consistía en que el deportista evaluado presionaba el dinamómetro con su mano derecha durante 3 segundos. Se permitieron dos intentos y la mejor marca es la que fue registrada (Vera-Villavicencio, 2022).

5. *Flamingo Balance Test*: El deportista se colocaba sobre la superficie sin zapatos. Mantenía el equilibrio sujetando la mano del instructor sobre la pierna preferida, la

pierna libre se encontraba flexionada a la altura de la rodilla, manteniendo el pie cerca de los glúteos (Barabás et al., 1996).

Se ponía en marcha el reloj cuando el instructor soltaba la mano del deportista evaluado y se detenía cada vez que el sujeto perdía el equilibrio (sea cayendo de la base o soltando el pie que sostiene). Cuando esto ocurría se volvía a empezar, cronometrando de nuevo hasta que el participante perdía el equilibrio. Se contaba el número de caídas en 60 segundos de equilibrio. Si había más de 15 caídas en los primeros 30 segundos la prueba se daba por terminada y se otorgaba una puntuación de cero. Se debía registrar el número total de caídas o pérdidas de equilibrio en 60 segundos.

6. *Barrow zigzag run test*: Se usó para medir la capacidad del deportista para cambiar de dirección de manera rápida, sea frenando, girando, acelerando y manteniendo el control global. Se utilizaron cinco conos ubicados en un área de 5m x 5m, con un cono central que servía para señalar el recorrido que debía completar el deportista (Piqueras & Gonzalez-Villora, 2019).

7. *Test Soccer Star Challenge*: El objetivo de la prueba fue hacer correr la pelota lo más rápido posible desde la línea de salida hasta que la pelota cruce la línea de llegada. El área se delimitó con el uso de líneas o marcadores. El jugador comenzaba la prueba cruzando la línea A/B con el balón (Bernal-Reyes et al., 2018).

El tiempo comenzaba cuando el balón cruzaba la línea; mientras que la prueba terminaba cuando el balón cruzaba la línea G/H entre los marcadores, a no más de 2 pies sobre el nivel del suelo. El jugador podía pasar o correr el balón sobre esta línea. El jugador no debía pasar el balón hasta que este haya sobrepasado la línea E/F.

Se debía repetir la prueba hasta un máximo de dos intentos cuando: a) pasa el balón antes de la línea E/F y no vuelve a tocar el balón, b) no consigue pasar el balón por la línea de meta a la altura requerida, c) resbala o se cae.

4.4. PROCEDIMIENTO

El estudio se ejecutó siguiendo los principios éticos mediante la firma de carta de consentimiento de los padres de familia o representantes y el asentimiento de los deportistas. Se consideró la participación libre y voluntaria de los deportistas, respetando su privacidad y confidencialidad, brindándoles la información clara y precisa

sobre el objetivo de la investigación. A los deportistas se les resaltó el hecho de que podían desistir de su participación en el proceso si así lo deseaban. A su vez, se les indicó que los resultados obtenidos se emplearían solo con fines exclusivamente académicos.

Se procedió a coordinar la aplicación del pre-test en base al orden indicado anteriormente y siguiendo la metodología antes descrita. Posterior a esto, se procedió a la realización de la intervención durante ocho semanas con las metodologías implicadas en la investigación y en las escuelas ya indicadas con anterioridad (ver anexo 1). Después de este período se realizó la evaluación post-test.

4.5. ANÁLISIS DE DATOS

El análisis de datos se llevó a cabo utilizando el programa Jamovi (The jamovi project, 2023) para efectuar un diseño cuasiexperimental (Cabrera-Tenecela, 2023). En primer lugar, se verificó la normalidad de los datos utilizando la prueba de asimetría demostrándose que no existía distribución normal ($p < 0.05$). Posteriormente, se realizó una descripción de la mediana (Med.) y rango intercuartílico con los valores del percentil 25 y el percentil 75 (RIQ) de los resultados obtenidos en el estudio.

La comparación entre los efectos del programa se realizó comparando las medianas de la pre-prueba con las de la post-prueba. Para ello, dado que los datos no cumplieron con la normalidad, se empleó la prueba de los rangos de Wilcoxon para contrastar la evaluación previa con la prueba final, así como se empleó U de Mann Whitney para contrastar los deltas (Δ) de los dos grupos (Selker et al., 2023).

Además, se calculó el tamaño de efecto (delta) para cuantificar la mejora lograda por cada metodología. Se consideró un nivel de significación de $p < 0.05$. Para visualizar los resultados, se crearon diagramas de barras de error que muestran tanto la mediana de los grupos analizados en cada método de entrenamiento.

5. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1. RESULTADOS

Tabla 1

Resultado de las pruebas previas y posteriores de las habilidades individuales de los participantes en ambas metodologías de entrenamiento deportivo

		Analítico						Sig.	Global						Sig.
		Prueba previa			Post-prueba				Prueba previa			Post-prueba			
		Med.	RIQ		Med.	RIQ			Med.	RIQ		Med.	RIQ		
Sprint Test	Segundos	5.0	5.0	6.0	4.0	4.0	5.0	<0.001*	5.0	4.0	5.0	3.0	3.0	4.0	<0.001*
	Velocidad (Km/H)	14.0	14.0	14.5	14.5	14.5	15.5	<0.001*	14.5	14.0	14.5	14.5	14.5	15.5	<0.001*
Yo Yo	Vueltas (2x20)	4.0	3.0	4.0	8.0	8.0	8.0	<0.001*	4.0	3.0	4.0	8.0	8.0	8.0	<0.001*
	Distancia Recorrida	400.0	345.0	460.0	510.0	480.0	560.0	<0.001*	460.0	380.0	560.0	940.0	840.0	1020.0	<0.001*
	Vo2 Max	50.7	50.0	51.6	52.2	51.8	52.9	<0.001*	51.6	50.5	52.9	58.1	56.7	59.2	<0.001*
Jump Lenght	Salto (cm)	17.1	16.3	17.9	25.0	23.0	26.8	<0.001*	25.0	24.2	26.7	32.0	29.3	34.0	<0.001*
Dinamometría	Mano Der. (N)	20.0	18.0	20.8	21.0	19.3	23.0	<0.001*	22.0	19.0	24.5	25.0	23.0	27.0	<0.001*
	N° caídas	3.0	2.0	4.0	2.0	1.0	2.0	<0.001*	3.0	2.0	4.0	1.0	1.0	1.0	<0.001*
Flamingo	Tiempo mínimo (seg)	29.0	20.0	41.5	44.0	29.5	60.0	0.005*	29.0	20.0	41.5	60.0	60.0	60.0	<0.001*
Barrow Zigzag	Tiempo (seg)	14.0	13.0	15.0	12.0	12.0	13.0	<0.001*	12.0	12.0	13.0	9.0	9.0	10.0	<0.001*

Soccer	Pisada de regate (seg)	16.5	14.0	18.8	15.0	14.0	16.0	<0.001*	12.0	10.0	12.8	10.0	9.3	11.0	<0.001*
	Carrera con balón en línea recta (seg)	10.0	9.0	11.0	8.5	8.0	9.0	<0.001*	5.5	5.0	6.0	4.0	4.0	4.0	<0.001*
	Carrera con balón con cambios de dirección (seg)	16,0	14.3	18.0	13.5	12.0	17.0	<0.001*	17.0	16.0	19.0	10.0	10.0	10.0	<0.001*
	Prueba de cabeceo (rep)	0,0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.072	0.0	0.0	0.0	1.0	1.0	1.0	<0.001*
	Rematar el balón con el pie Der. (rep)	0,0	0.0	0.0	2.0	2.0	3.0	<0.001*	1.0	0.0	2.8	3.0	2.0	3.0	<0.001*
	Rematar el balón con el pie izq. (rep)	0,0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.007*	0.0	0.0	0.0	1.5	1.0	3.0	<0.001*

Nota: Med. Significa mediana y RIQ significa rango intercuartil.

*Existen diferencias significativas con un p valor <0.05.

Tabla 2

Comparación de los valores delta (Δ) del resultado de las pruebas previas y posteriores de las habilidades individuales de los participantes en ambas metodologías de entrenamiento deportivo

		Analítico			Global			Sig.
		Med.	Δ		Med.	Δ		
			RIQ			RIQ		
Sprint Test	Segundos	-1.0	-1.0	-1.0	-1.50	-2.00	-1.00	<0.001*
Yo Yo	Velocidad	0.5	0.0	1.0	0.500	0.00	1.00	<0.001*
	Vueltas	5.0	4.0	5.0	5.00	4.00	5.00	<0.001*
	Distancia Recorrida	100.0	80.0	120.0	470	405	655	<0.001*
	Vo2 Max	1.4	1.1	1.6	6.39	5.51	8.91	<0.001*
Jump lenght	Salto Pre	8.6	6.8	9.0	6.50	5.40	7.00	<0.001*
Dinamometría	Mano (de)	2.0	1.0	2.0	3.50	3.00	4.00	<0.001*
Flamingo	N° caídas	-1.0	-2.0	-1.0	-2.00	-2.00	-1.00	<0.001*
	Tiempo	13.0	0.3	27.5	23.0	8.25	35.8	<0.001*
Barrow Zigzag	Tiempo	-1.0	-2.0	-1.0	-3.00	-4.00	-2.25	<0.001*
	Pisada de regate	-1.0	-2.0	-1.0	-1.00	-2.00	-1.00	0.925
Soccer	Carrera con balón en línea recta	-2.0	-2.0	-1.0	-2.00	-2.00	-1.00	0.692
	Carrera con balón con cambios de dirección	-2.0	-3.0	-1.0	-7.00	-8.75	-6.00	<0.001*

Prueba de cabeceo	0.0	0.0	0.0	1.00	1.00	1.00	<0.001*
Tirar el balón con el pie Derecho	2.0	1.0	3.0	1.00	0.250	2.00	0.036*
Tirar el balón con la zurda	0.0	0.0	1.0	1.00	1.00	2.00	<0.001*

Nota: Med., mediana; RIQ, rango intercuartil.

*Existen diferencias significativas con un p valor <0.05.

Tabla 3

Resultado de las pruebas previas y posteriores de la motivación de los participantes

	Analítico						Sig.	Global						Sig.
	Prueba previa			Post-prueba				Prueba previa			Post-prueba			
	Med.	RIQ		Med.	RIQ			Med.	RIQ		Med.	RIQ		
Regulación intrínseca	14.0	13.0	14.8	15.0	14.0	15.8	0.001*	14.0	13.0	14.8	15.0	14.0	16.0	0.001*
Regulación Integrada	12.5	12.0	13.0	13.0	12.0	13.0	0.210	12.0	12.0	13.0	13.0	12.0	13.0	0.014*
Regulación Identificada	12.0	12.0	13.0	12.0	11.0	12.0	0.383	12.0	11.3	13.0	12.0	11.0	12.0	0.458
Regulación Introyectada	7.0	6.0	7.0	7.0	6.3	7.0	0.269	7.0	6.0	7.0	7.0	6.3	7.0	0.280
Regulación Externa	6.5	6.0	7.0	6.0	5.3	7.0	0.020*	6.5	6.0	7.0	6.0	5.3	7.0	0.005*

Desmotivación	7.0	6.3	7.0	6.0	6.0	7.0	0.004*	7.0	6.0	7.8	6.0	6.0	6.0	0.001*
----------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	--------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	--------

Nota: Med., mediana; RIQ, rango intercuartil.

*Existen diferencias significativas con un p valor <0.05.

Tabla 4

Comparación de los valores delta (Δ) de los resultados de las pruebas previas y posteriores de la motivación de los participantes

	Analítico			Global			Sig.
	Δ		Δ		RIQ		
	Med.	RIQ	Med.	RIQ			
Regulación intrínseca	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	0.018*
Regulación Integrada	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.554
Regulación Identificada	-0.5	-1.0	0.8	0.0	-1.0	0.0	1.000
Regulación Introyectada	0.0	-1.0	1.0	0.0	-1.0	0.8	0.876
Regulación Externa	0.0	-1.0	0.0	-0.5	-1.0	0.0	0.738
Desmotivación	-1.0	-1.0	0.0	-1.0	-2.5	-1.0	0.046*

Nota: Med. Significa mediana y RIQ significa rango intercuartil.

*Existen diferencias significativas con un p valor <0.05.

5.2. DISCUSIÓN

En general tanto en la tabla 1 como en la tabla 2 se puede observar que en los distintos test se presentaron situaciones parecidas ya que en todos se alcanzaron mejoras luego de la aplicación de las metodologías, sin embargo, salvo en fuerza, y en la prueba soccer, con el método global se logró un mayor desarrollo en los jugadores. De hecho, en fuerza el uso del método analítico logro mayor desarrollo en los futbolistas de iniciación.

Según Vinuesa y Vinuesa (2016) para lograr el cometido con la técnica es imprescindible el analizar el método que se va a utilizar y de ser preciso se pueden utilizar ambos métodos como sería el presente caso en donde se podría considerar el método mixto para ampliar la técnica en los jugadores.

Asimismo, Benitez (2009) expresa que los jugadores de iniciación en los deportes deben desarrollar su condición física y técnica por medio de métodos específicos que pueden ser global, analítico o mixto. Sin embargo, Merchán et al. (2017) manifiestan que el método global es más apreciado por el hecho de integrar etapas y fases de entrenamiento que no se cubren en los métodos analíticos, así como la interacción que ofrece debido a que se conforma de situaciones de juego real y completo.

Por otra parte, los resultados de la prueba de motivación presentados en la tabla 3 y 4, indican que las mejoras en motivación fueron estadísticamente significativas en ambos grupos, lo que sugiere un mayor disfrute y satisfacción intrínseca en el deporte, esto debido tal vez a lo que indica Tuta (2021) quien expresa que la motivación intrínseca se potencializa en los entrenamientos deportivos porque se despierta el interés por conocer y aprender algo nuevo, forja retos a asumir y alcanzar.

Además, el grupo global experimentó un significativo aumento en la motivación integrada, indicando una mayor internalización de la motivación en sus prácticas deportivas, mientras que el grupo analítico también experimentó un aumento, aunque no alcanzó significación estadística. La motivación integrada según Naranjo (2009) involucra la motivación intrínseca que implica acciones para producir resultados de disfrute y de allí que cuando los individuos internalizan las regulaciones y las unen a su yo interno, aprecian una mayor autonomía en las actividades.

Sin embargo, ambas cohortes experimentaron una significativa disminución en la motivación externa, lo que implica una menor dependencia de factores externos para la motivación. Asimismo, se observó una notable disminución en la desmotivación en ambos grupos, indicando una mayor motivación y compromiso general hacia las actividades deportivas después de la intervención en comparación con la preprueba.

Específicamente en la tabla 4 se procedió a analizar las diferencias obtenidas entre la posprueba y la preprueba, es decir, el delta(Δ), comparando el grupo analítico y el global, ello permitió determinar que había diferencias significativas entre los grupos en términos de mejoras, el grupo global expresa mayores mejoras. Como expresa Verdú et al. (2015) el método global permite trabajar simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos, poniendo a prueba las capacidades cognitivas de los jugadores, mientras que, en el método analítico, se dividen los elementos que se manejarán de una manera descontextualizada del juego real, por lo cual prevalece el método global como estrategia de mejora.

En general, los resultados demuestran que ambos grupos de fútbol experimentaron mejoras en diversas áreas de rendimiento y motivación, pero en algunos casos, el grupo donde se aplicó el método global mostró mejoras más significativas en comparación con el grupo analítico. Según Martín (2023), uno de los factores que pueden incidir en los jugadores que se están iniciando en algún tipo de deporte, es la metodología que se aplica y la motivación que genera y se comprobó que el grupo donde se aplicó la metodología global generó mayor motivación. Lo cual reafirma el mismo autor (Martín, 2023) al considerar que el método global genera mayor motivación por considerar los elementos propios de un juego real.

Por otra parte, Andrade et al. (2023) expresan que existe una diferencia significativa entre el método global y el analítico en cuanto a la manera en la cual se desarrollan físicamente los deportistas, siendo el método global el que más ventajas ofrece en cuanto al desarrollo físico y condiciones técnicas. Sin embargo, González-Cárdenas et al. (2020) demostraron que era más eficaz el método mixto.

Por otra parte, Varela (2020), expresa que, como entrenador, se debe saber cuál de los dos métodos se debe utilizar según la situación que se plantee ya que depende de diversos factores el utilizar una metodología u otra; incluso, se pueden utilizar ambos métodos aplicando lo positivo de cada uno de ellos.

5.3. LIMITACIONES

En cuanto a las limitaciones se tuvo este estudio se puede mencionar el tamaño de la muestra con la que se trabajó, así como el tipo de muestreo utilizado. Otro aspecto que se podría considerar como una limitante sería el instrumento utilizado para medir la motivación, ya que a pesar de ser un cuestionario internacionales, para una mayor fiabilidad se debería realizar previamente una adaptación cultural y lingüística para el contexto del estudio.

6. CONCLUSIONES

En virtud al objetivo planteado al inicio de la investigación sobre evaluar los métodos global y analítico, de manera separada, pues ambos integran los fundamentos técnicos necesarios para la etapa temprana en la iniciación al fútbol, se logró el cometido y se determinó en cuanto al resultado de las pruebas previas y posteriores de las habilidades individuales de los participantes en ambas metodologías de entrenamiento deportivo mejoras notables en el rendimiento de los futbolistas en diferentes aspectos.

Las intervenciones tuvieron un impacto positivo en diversas facetas del desempeño físico y técnico de los futbolistas, con algunas diferencias notables en todas las pruebas excepto en una parte de la prueba Soccer. Estos hallazgos sugieren que tanto el grupo analítico como el global experimentaron mejoras en las habilidades de regate, velocidad en línea recta, agilidad en la carrera con balón y cambios de dirección después de la intervención.

Se pudo precisar que ambos enfoques pueden llevar a mejoras significativas en diversas áreas, y la elección entre ellos puede depender de los objetivos específicos del entrenamiento y las necesidades individuales de los deportistas. No obstante, se determinó en los hallazgos que la metodología global puede tener un mayor impacto positivo en el rendimiento físico y técnico de los futbolistas de iniciación en comparación con la metodología analítica.

Asimismo, los resultados revelaron mejoras significativas en varias dimensiones relacionadas con la motivación. Los datos indicaron que tanto el grupo analítico como

el global experimentaron un incremento notorio en la motivación intrínseca después de la intervención, mostrando los participantes una mayor afinidad con la actividad deportiva. Estos hallazgos sugieren un impacto positivo en la motivación intrínseca de los participantes después de la intervención.

No obstante, se acota que, si bien ambos grupos experimentaron mejoras en la motivación intrínseca y una disminución en la desmotivación, estas mejoras fueron más notables en el grupo global en comparación con el grupo analítico. El grupo global mostró un aumento significativo en la regulación integrada de la motivación, lo que sugiere una mayor integración de la motivación en sus actividades deportivas. Estos hallazgos destacan la importancia de considerar tanto las dimensiones de la motivación intrínseca como la regulación integrada al diseñar programas de entrenamiento en el fútbol de iniciación, con un énfasis particular en la metodología global para promover una mayor motivación y compromiso de los deportistas.

7. REFERENCIAS

- Acosta, N., Cetina, M., Ramírez, J., & Montealegre, L. (2020). Programas preventivos, una estrategia para el jugador de fútbol. Revisión bibliográfica. *Revista digital. Actividad Física y Deporte*, 6(1), 109-128. doi:<https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n1.2020.1442>
- Andrade, A., Parra, K., & Sánchez, L. (2023). *Comparación de los métodos analítico, global y mixto en el pase corto, conducción y recepción de los jugadores de 9 a 12 años de la escuela de fútbol FGI, de Apartadó - Antioquía*. Antioquía: Universidad de Antioquía. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/33320/1/SanchezLuis_2_023_ComparacionMetodosFutbol.pdf
- Barabás, A., Bretz, K., & Kaske, R. (1996). Stabilometry of the Flamingo Balance Test. *ISBS- Conference*, 162-165. <https://ojs.ub.uni-konstanz.de/cpa/article/download/2683/2520>
- Bernal-Reyes, F., Cabezón, J., González, M., Romero-Pérez, E., & Gavotto-Nogales, O. (2018). Comparison Between Global and Analytical Training Methodologies for the Development of Technical Fundamentals Skills During Soccer Initiation Training on 8-9 and 10-11 Years Old Children. *Biotechnia*, 20(2), 65-71.
- Cabrera-Tenecela, P. (2023). Nueva organización de los diseños de investigación. *South American Research Journal*, 3(1), 37-51. <https://www.sarj.net/index.php/sarj/article/view/37>
- Calvo, A., & Calleja, J. (2009). *Factores Condicionantes del Desarrollo Deportivo*. Bilbao: Diputación Foral de Bizkaia. [https://www.bizkaia.eus/Home2/Archivos/DPTO4/Temas/Factores%20condicionantes%20del%20desarrollo%20deportivo\(1\).pdf?hash=46604a7911bb9656c34b57fddc15203e&idioma=CA](https://www.bizkaia.eus/Home2/Archivos/DPTO4/Temas/Factores%20condicionantes%20del%20desarrollo%20deportivo(1).pdf?hash=46604a7911bb9656c34b57fddc15203e&idioma=CA)
- Diloy-Peña, S., & Sanz-Remacha, M. (2022). Differences between the technical-traditional model and the Teaching Games for Understanding model on motivation and commitment of young athletes: A cross-sectional study. *Retos*(44), 421-432. doi:<https://doi.org/10.47197/RETOS.V44I0.88787>

- García-Angulo, A., García-Angulo, F., Torres-Luque, G., & Ortega-Toro, E. (2019). Applying the New Teaching Methodologies in Youth Football Players: Toward a Healthier Sport. *Frontiers in Physiology*, 10(121), 1-9. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphys.2019.00121>
- García-Angulo, A., García-Angulo, F., Torres-Luque, G., & Ortega-Toro, E. (2019). Applying the New Teaching Methodologies in Youth Football Players: Toward a Healthier Sport. *Frontiers in Physiology*, 10(121), 1-9. Doi:10.3389/fphys.2019.00121
- García, G., Arcuri, C., Secchi, J., & Santander, M. (2019). Asociación entre el test Yo-Yo de recuperación intermitente y un ejercicio intermitente de alta intensidad en jugadores. *Arch Med Deporte*, 37(2), 110-116. https://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/or06_Cesar.pdf
- García, J., Caracuel, J., & Ceballos, O. (2014). Motivación y ejercicio físico deportivo: una añeja relación. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades*, XXIV(1), 71-88. <https://www.redalyc.org/pdf/654/65452570005.pdf>
- González-Cárdenas, J., Bravo-Navarro, W., Ávila-Mediavilla, C., & Moscoso-García, R. (2020). Métodos de entrenamiento en escuelas de fútbol de Azogues. *Polo del Conocimiento*, 5(11), 379-391. doi: 10.23857/pc.v5i11.1930
- Klabora, P. (2000). *Vertical Jump Test: A critical review*. Toronto: University of Toronto. https://www.researchgate.net/publication/232106297_Vertical-jump_Tests_A_Critical_Review
- Menegasi, V., Rechenkosky, L., Henrique, P., Nazario, P., Feliz, A., Fiorese, L., & Rinaldi, W. (2018). Impact of motivation on anxiety and tactical knowledge of young soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 170-174. https://www.researchgate.net/publication/324162000_Impact_of_motivation_on_anxiety_and_tactical_knowledge_of_young_soccer_players
- Motato, L., & Quilindo, V. (2021). Enseñanza del fútbol e iniciación deportiva en dos escuelas deportivas de Santiago de Cali, Colombia. *VIREF. Revista de Educación Física*, 10(1), 39-50. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/342878/20804858>
- Nara, K., Kumar, P., & Rathee, R. (2022). The compatibility of running-bases anaerobic sprint test and Wingate anaerobic test: a systematic review and meta-analysis.

- Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 26(2), 134-143.
doi:10.15561/26649837.2022.0208
- Naranjo, M. (2009). Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 153-170.
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>
- Naza, A. (2018). Development of skill training model football basic techniques through approach global analytical global. *Jipes-Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 4(2), 26-31. <http://pps.uni.ac.id/journal/Jipes>
- Oliva-Lozano, J., Gómez-Carmona, C., Rojas-Valverde, D., Fortes, V., & Pino, J. (2022). Effect of training day, match, and length of the microcycle on the worst-case scenarios in professional soccer players. *Research in Sports Medicine*, 30(4), 425-438. doi: 10.1080/15438627.2021
- Piqueras, P., & Gonzalez-Villora, S. (2019). Valoración funcional en futbolistas y su utilidad en la recuperación tras una lesión. *Sport TK*, 9(1), 15-26.
<https://revistas.um.es/sportk/article/view/412461/278631>
- Posso, R. (2023). La Motivación como Beneficio en las Clases de Educación Física. *MENTOR. Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 1-4.
<https://revistamentor.ec/index.php/mentor/article/view/5956/4819>
- Prieto, J. (2020). Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento. *Journal of Sport and Health Research*, 12(1), 25-30.
http://www.journalshr.com/papers/Vol%2012_suplemento/JSHR%20V12_supl_01_03.pdf
- Selker, R., Love, J., Dropmann, D., Moreno, V., & Agosti, M. (2023). jmv: The «jamovi» Analyses (2.4.9) [Software]. <https://cran.r-project.org/web/packages/jmv/index.html>
- The jamovi project. (2023). Jamovi (Versión 2.4.8). [Computer Software].
<https://www.jamovi.org/>
- Tovar, C. (2021). Regulaciones motivacionales en diferentes ámbitos del deporte: revisión sistemática. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 1(4), 27-45. <https://dialnet.uniroja.es>
- Trigueros, R., Aguilar, J., Cangas-Díaz, A., Fernández-Batanero, J., Mañas, M., Arias, V., & López-Liria, R. (2019). The influence of the trainer on the motivation and

- resilience of sportspeople: A study from the perspective of self-determination theory. *PubliMed*, 14(8), 1-8. doi:10.1371/journal.pone.0221461
- Tuta, J. (2021). *Aspectos Motivacionales para el desarrollo de la Actividad Física en jugadores de la Selección Boyacá de Mini Fútbol F7*. Bogotá: Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/handle/001/8678/Aspectos_motivacionales_actividad_fisica.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Varela, X. (2020). El método analítico vs el método integrado/global. *TresCuatroTres*, 1-3. <https://www.trescuatrotres.com/el-metodo-analitico-vs-el-metodo-integrado-global/>
- Vera-Villavicencio, M. (2022). Comparación de la fuerza mediante el dinamómetro y las flexiones de codo en personal militar. *Polo del Conocimiento*, 7(2), 263-281. doi: 10.23857/pc.v7i1.3584
- Verdú, N., & Alzamora, E. (2015). Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base. *RETOS*(28), 94-97. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345741428018.pdf>

8. ANEXOS

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ					
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamientos específicos • Las sesiones de entrenamiento con circuitos, pases, remates, manejo de balón, control con desplazamiento y cambios de dirección. 				
N. Sesión:	1	Fecha	24/05/2023		
Tema: Condición física en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Mejorar la condición física y adquirir hábitos saludables.					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios de resistencia, Circuito de apoyos - pases – remates: 1 / Manejo del balón entre las estacas - media vuelta – pase 2 / Soportes de aro - saltar 2 obstáculos - carrera 20m 3 / Control de pase largo para 4 - Conos de Slalom – Balón debajo del seto – remate de pequeña portería 4 / Pase largo para 3 y carrera de 40 m para llegar al punto 55 / Salto lateral 2 obstáculos - Slalom entre las estacas – control del balón por el entrenador - driblar modelo luego remate	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	

	Actividad 4.- Desmarques de apoyo	10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios para mejorar la resistencia ● Desplazamientos y cambios de dirección y desde diferentes puntos de salida 					
N. Sesión:	2	Fecha	26/05/2023			
Tema: Condición física en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción						
Objetivo de la sesión: Mejorar la condición física y adquirir hábitos saludables.						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de resistencia 1 / Control de nuevo lanzamiento aéreo portero - driblar modelo remate 2/ Escala de ritmo - Saltar 3 obstáculos - media vuelta carrera de 30m 3 / Slalom entre mini obstáculos anchos (paso de lado) - un dos con entrenador - remates			10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Reducidos 5 vs 5			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL					
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ					
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Cambios específico ● Sesión de entrenamiento ● Desplazamientos en bandas ● Finalización 				
N. Sesión:	3	Fecha	31/05/2023		
Tema: Condición física en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción y desplazamientos para mejorar la técnica en el futbol					
Objetivo de la sesión: Mejorar la condición física y adquirir hábitos saludables.					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnico de oleadas, desdoblamiento en bandas y finalización	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Basculación y cobertura defensiva	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento ● Desplazamientos con cambio de dirección, saltos, desde diferente altura y desde distintas posiciones. 					
N. Sesión:	4	Fecha	02/06/2013			
Tema: Mejorar los saltos en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción						
Objetivo de la sesión: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- ejercicio de saltos: sentadillas profundas (6 rep), burpis con saltos al pecho (6 rep) y avanzada con salto (6 rep)			10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Partido con diferentes estructuras			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento ● Desplazamientos, saltos de diferentes alturas y cambio de ritmo 					
N. Sesión:	5	Fecha	07/06/2023			
Tema: Mejorar los saltos en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de saltos: zancadas (10 rep), sentadillas (8 rep), saltos a una pierna (8 rep)			10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Juegos de posición de balón			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento ● Desplazamientos, saltos de diferentes alturas y cambio de ritmo 					
N. Sesión:	6	Fecha	09/06/2023			
Tema: Mejorar los saltos en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- ejercicio de saltos: saltos largos (5 rep), estáticos (6 rep) saltos con giros (10 rep)			10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Rondos Básicos y posicionales			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GOLBAL					
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ					
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento ● Desplazamientos, saltos de diferentes alturas y cambio de ritmo 				
N. Sesión:	7	Fecha	14/06/2023		
Tema: Mejorar los saltos en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.					
Objetivo de la sesión: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.					
Materiales: Conos, vallas	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de saltos: saltos con vallas desde diferentes alturas (8 rep), saltos con cuerda (6 rep) saltos con giros (10 rep)	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Rondós con un comodín	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de velocidad ● Desplazamientos, cambio de ritmo desde diferentes posiciones a diferentes velocidades. 					
N. Sesión:	8	Fecha	16/06/2023			
Tema: Mejorar la velocidad en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Desarrollar una velocidad del movimiento de desplazamiento máximo.						
Materiales: Conos, vallas	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de velocidad: ejercicios de velocidad con cambios de dirección en respuesta a una alarma,			10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Reducidos 3 vs 3 3 atacan y 3 defienden			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL				
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ				
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con cambios de dirección y desplazamientos a velocidad con y sin balón. 			
N. Sesión:	9	Fecha	21/06/2023	
Tema: Mejorar la velocidad en el futbol				
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.				
Objetivo de la sesión: Desarrollar una velocidad del movimiento de desplazamiento máximo.				
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa			
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias		Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de velocidad: reacción en zigzag (5 rep) salto en reacción (5 rep), reacción en rombo velocidad en cruz. (5 rep) con y sin balón con cambio de pie derecho e izquierdo.	10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%
	Actividad 4.- Reducidos defensivos	10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL					
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ					
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con cambios de dirección y desplazamientos a velocidad con y sin balón. 				
N. Sesión:	10	Fecha	23/06/2023		
Tema: Mejorar la velocidad en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.					
Objetivo de la sesión: Desarrollar una velocidad del movimiento de desplazamiento máximo.					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de velocidad: Zigzag lateral con control de balón por el perfil derecho (5 rep) y (5rep) con el perfil izquierdo, desplazamientos por estacas (3 rep)	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Rondós conservación 4 vs 4 más 2 comodín	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento específico • Sesión de entrenamiento técnicos en el futbol con ejercicios de desplazamiento cambios de dirección en diferentes estaciones, numero de toques y tiros. 					
N. Sesión:	11	Fecha	28/06/2023			
Tema: Mejorar la técnica en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: mejorar la técnica individual y colectiva						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			15	15	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos: Tiros requiere poca densidad de jugadores tiro fijar números de pases máximo por equipo, números de toques, distancia al momento de hacer los tiros a portería			15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Rondós a un toque con una portería			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicios técnicos en donde se trabaja la finalización mediante el juego real cara a cara. 					
N. Sesión:	12	Fecha	30/06/2023			
Tema: Mejorar la técnica en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: mejorar la técnica individual y colectiva						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			15	15	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos: Tarea para trabajar la finalización mediante el juego de cara y apertura a banda.			15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- reducidos 4 vs 5 con 2 comodín			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicios técnicos para mejorar la presión y repliegue. 					
N. Sesión:	13	Fecha	05/07/2023			
Tema: Mejorar la técnica en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Mejorar la técnica individual y colectiva						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			15	15	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos: Tarea para la mejorar la presión a partir de posicionamiento repliego y contrataque.			15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Partidos reducidos			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ				
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicios técnicos para mejorar la finalización cara a cara. 			
N. Sesión:	14	Fecha	07/07/2023	
Tema: Mejorar la técnica en el futbol				
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.				
Objetivo de la sesión: mejorar la técnica individual y colectiva				
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa			
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias		Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	15	15	100%
PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> ● Actividad 2.- Ejercicios técnicos: Tarea para trabajar la finalización mediante el juego de cara a cara y apertura a banda. 	15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%
	Actividad 4.- Reducidos con porterías pequeñas 5 vs 5	10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios técnicos para trabajar tareas de control, pases, conservación. 					
N. Sesión:	15	Fecha	12/07/2023			
Tema: Mejorar las técnica en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Mejorar la técnica individual y colectiva						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			15	15	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Conservación de balón y mejora de control de balón y pase 6 vs 4 a un solo toque.			15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Conservación y salida de balón con una punta			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL GUACAMAYOS F.C METODO GLOBAL						
PROFESOR/ES: TELMO FERNANDEZ						
Contenidos del método global	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios de equilibrio, saltos, con o sin balón. 					
N. Sesión:	16	Fecha	14/07/2023			
Tema: Mejorar el equilibrio en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Mantener el equilibrio con pequeña perturbación						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			15	15	100%
PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> ● Actividad 2.- Ejercicios de equilibrio, saltar en un solo pie por 5 conos y golpear el balón con el pie derecho e izquierdo, ejercicios de equilibrio sobre una pierna estática (10 rep) 			15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Futbol tenis			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios físicos con cambios de dirección y desplazamientos con balón. 				
N. Sesión:	1	Fecha	24/05/2023		
Tema: Condición física en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Mejorar la condición física y adquirir hábitos saludables.					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de resistencia Correr con el balón En una mitad del campo, corre con el balón siguiendo las instrucciones del entrenador (pie, pie derecho, pie izquierdo, malabares, ...) luego el entrenador anuncia un color (cada 45 segundos)	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Conducción de balón	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO				
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO				
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios físicos con cambios de dirección y ritmo y coordinativos. 			
N. Sesión:	2	Fecha	26/05/2023	
Tema: Condición física en el futbol				
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción				
Objetivo de la sesión: Mejorar la condición física y adquirir hábitos saludables.				
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa			
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias		Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de resistencia, recorrido con trabajo de coordinación y motricidad. Plataformas, conos y postes rojos: pie derecho. Plataformas, conos y postes azules: pie izquierdo. Carrera continua a paso medio. Usted puede, por supuesto, cambiar los ejercicios, distancias, restricciones.	10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%
	Actividad 4.- Cambios de dirección con balón	10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60	

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento, cambios de lado, desplazamientos con balón. 				
N. Sesión:	3	Fecha	31/05/2023		
Tema: Condición física en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Mejorar la condición física y adquirir hábitos saludables.					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicio de resistencia pinchar el balón y ponerlo dentro de un neumático grande (puede ser un aro o algo más), pasar el balón por debajo de la valla que se encuentra en el centro de la portería.	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Partido	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con circuitos de ejercicios técnicos pases. 				
N. Sesión:	4	Fecha	02/06/2023		
Tema: Técnica en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos ejercicios de pase y precisión	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Pases desde diferente distancia	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios técnicos con cambios de dirección de pases y precisión. 				
N. Sesión:	5	Fecha	07/06/2023		
Tema: Técnica en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos El pase a ras de piso con los bordes internos, pase a media altura con el empeine	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Conducción de balón por todo el campo de juego	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con Cambios de lado y control de balón. 				
N. Sesión:	6	Fecha	09/06/2023		
Tema: Técnica en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos control del balón, con el muslo y entrega, control del balón con el pecho y entrega.	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Conducción de balón por todo el campo de juego	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO				
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO				
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento técnicos de pases con cambios de ritmo 			
N. Sesión:	7	Fecha	14/06/2023	
Tema: Técnica en el fútbol				
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción				
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas				
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa			
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias		Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos, pase con la cabeza, Pase con el borde interno a media altura.	10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%
	Actividad 4.- Partido	10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60	

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO				
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO				
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento especial • Sesión de entrenamiento con ejercicios técnicos, conducción, remate. 			
N. Sesión:	8	Fecha	16/06/2023	
Tema: Técnica en el futbol				
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción				
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas				
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa			
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias		Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos, conducción del balón, conducción del balón, con remate al arco	10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%
	Actividad 4.- Regates con cambios de dirección	10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluado de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60	

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento específico • Sesión de entrenamiento con ejercicios de conducción y cambios de dirección. 				
N. Sesión:	9	Fecha	21/06/2023		
Tema: Técnica en el fútbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos, conducción de balón en zigzag con cambio de dirección	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Tiros al arco	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamientos específicos ● Sesión de entrenamiento con ejercicios técnicos de toques ras del piso con desplazamientos. 				
N. Sesión:	10	Fecha	23/06/2023		
Tema: Técnica en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos, pase al ras del piso con borde interno y externo, pase a media altura con el empeine	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Pases más regate	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicio técnicos, conducción con cambios de dirección más finta. 				
N. Sesión:	11	Fecha	28/03/2023		
Tema: Técnica en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas					
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos, conducción con cambios de dirección más finta por la parte interna y externa	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Partido	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO						
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO						
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento específico • Sesión de entrenamiento de ejercicios técnicos, conducción, cambios de dirección mas finta. 					
N. Sesión:	12	Fecha	30/06/2023			
Tema: Técnica en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción						
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características técnicas individuales y colectivas						
Materiales: Conos Vallas	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			20	20	100%
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios técnicos, conducción con cambios de dirección más finta por la parte interna y externa, saltos desde diferentes alturas, y diferentes cambios de dirección.			10	10	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Pases más recepción			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicios de equilibrio, saltos de diferentes alturas 				
N. Sesión:	13	Fecha	05/07/2023		
Tema: Equilibrio en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características de equilibrio individuales					
Materiales: Conos Vallas	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios de equilibrio dinámico, salto con control de equilibrio con los dos pies y luego con una sola pierna de forma lateral, saltos laterales largos y tratando de mantener el equilibrio.	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Pases más recepción más regate	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicios de equilibrio dinámicos y estáticos. 				
N. Sesión:	14	Fecha	07/07/2023		
Tema: Equilibrio en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Perfeccionar las características de equilibrio individuales					
Materiales: Conos Vallas	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: Observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- ejercicios de equilibrio dinámico, y estáticos saltos con control de equilibrio con los dos pies.	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Pases y conducción a dos toques desde diferente distancia	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%	
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO					
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO					
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento de ejercicios de velocidad. 				
N. Sesión:	15	Fecha	12/07/2023		
Tema: Velocidad en el futbol					
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Explorar movimientos de locomoción					
Objetivo de la sesión: Alcanzar el menor tiempo posible un estímulo					
Materiales: Conos, vallas	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa				
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:	
PARTE	ACTIVIDADES	PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)	
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.	20	20	100%	
PRINCIPAL	Actividad 2.- Ejercicios de velocidad desde diferentes distancias y con cambios de dirección	10	10	100%	
	Actividad 3.- Hidratación	3	3	100%	
	Actividad 4.- Pases y conducción a dos toques desde diferente distancia	10	10	100%	
	Actividad 5.- Hidratación	15	15	100%	
	FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos	2	2	100%
TOTAL		60	60		

ESCUELA DE FUTBOL BIBLIAN F.C METODO ANALITICO						
PROFESOR/ES: HERNAN CARRILLO						
Contenidos del método analítico	<ul style="list-style-type: none"> ● Calentamiento específico ● Sesión de entrenamiento con ejercicios de equilibrio, saltos, con o sin balón. 					
N. Sesión:	16	Fecha	14/07/2023			
Tema: Mejorar el equilibrio en el futbol						
Proceso del desarrollo del aprendizaje: Mejorar los hábitos motrices entre ellos el salto.						
Objetivo de la sesión: Mantener el equilibrio con pequeña perturbación						
Materiales: Conos	Técnicas de enseñanza: Explicación demostrativa					
Evaluación: observar el cumplimiento de las actividades.	Evidencias: Sin evidencias			Tiempo:		
PARTE	ACTIVIDADES			PLAN (Min)	Real (min)	Cumple (%)
INICIAL	Actividad 1.- Objetivo de la sesión, lubricación y entrada en calor, estiramiento.			15	15	100%
PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> ● Actividad 2.- Ejercicios de equilibrio, saltar en un solo pie por 5 conos y golpear el balón con el pie derecho e izquierdo, ejercicios de equilibrio sobre una pierna estática (10 rep) 			15	15	100%
	Actividad 3.- Hidratación			3	3	100%
	Actividad 4.- Conducción, regate más finta por el campo de juego			10	10	100%
	Actividad 5.- Hidratación			15	15	100%
FINAL	Actividad 6.- Evaluación de lo aprendido en la clase y estiramientos			2	2	100%
TOTAL				60	60	