



1859

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

TÍTULO

LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL
DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN
YANTZAZA, PERÍODO 2014.

Tesis, previo a la Obtención del Grado
de Licenciada en Ciencias de la
Educación. Mención; Cultura Física

AUTORA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

DIRECTOR: *Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar. Mg. Sc.*

LOJA - ECUADOR

2015

CERTIFICACIÓN

Dr. Mg. Sc. Milton Mejía Balcázar

Docente de la Carrera de Cultura Física y Deportes del Área de la Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja.

CERTIFICA:

Haber dirigido, asesorado, orientado y revisado detenidamente con rigurosidad científica en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del Reglamento del Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja el desarrollo de la Tesis de Licenciatura en Ciencias de la Educación Mención Cultura Física titulada: **LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERIODO 2014**, de autoría de la Srta., Yadira Teresa Velásquez Castillo. En consecuencia el informe reúne los requisitos, formales y reglamentarios, autorizo su presentación y sustentación ante el tribunal de grado que se designe para el efecto.

Loja, 4 de Marzo del 2015



Dr. Mg. Sc. Milton Mejía Balcázar
DIRECTOR DE TESIS

AUTORÍA

Yo, Yadira Teresa Velásquez Castillo, declaro ser autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional – Biblioteca Virtual.

Autora: Yadira Teresa Velásquez Castillo

Firma: _____



Cédula: 19005694666

Fecha: Loja, 2 de junio del 2015

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo, Yadira Teresa Velásquez Castillo, declaro ser el autor de la tesis Titulada: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014, como requisito para optar el Grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los 2 días del mes de junio del dos mil quince, firma la autora.

Firma: 

Autora: Yadira Teresa Velásquez Castillo

Cédula: 19005694666

Dirección: El Pedestal (Loja) **Correo Electrónico:** yadyvelasquez1526@live.com

Teléfono: 2560220 **Celular:** 0982861015

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director de Tesis: Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar. Mg.Sc.

Tribunal de Grado: Lic. Mg.Sc. José Efraín Macao Naula

Lic. Luis Wagner Sotomayor Armijos

Dr. Mg. Sc. Luis Benigno Montesinos Guarnizo

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional de Loja que me dio la oportunidad de prepararme en la Carrera de Cultura Física y Deportes. A sus Directivos y docentes por los conocimientos impartidos, de manera especial, a señor Dr. Milton E. Mejía Balcázar. Mg.Sc director de tesis que me permitió orientar con sapiencia y elevada calidad académica durante todo el proceso de investigación; así como a los directivos, entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino de la ciudad de Yantzaza, y a todas las personas que de una u otra manera han colaborado para ver hoy finalizado este trabajo de investigación. A todos ellos, mi eterno agradecimiento.

Yadira Teresa Velásquez Castillo

DEDICATORIA

Al creador de todas las cosas,el que me ha dadofortaleza para continuarcuando a punto de caer he estado;por ello, con toda la humildadque de mi corazón puede emanar,dedico primeramente mi trabajo a Dios.

De igual forma, dedico esta tesis a mi madre que ha sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores, lo cual me ha ayudado a salir adelante en los momentos más difíciles.

Al hombre que me dio la vida, a mi padre, el que ha estado siempre cuidándome y guiándome.

A mis hermanos que siempre han estado junto a mí y brindándome su apoyo, muchas veces poniéndose en el papel de guía permanente.

A mi familia en general, porque me han brindado su apoyo incondicional y por compartir conmigo buenos y malos momento.

Y a una persona muy importante y especial en mi vida gracias por todo tu apoyo sin ti no hubiera alcanzado mis metas

Yadira Teresa Velásquez Castillo

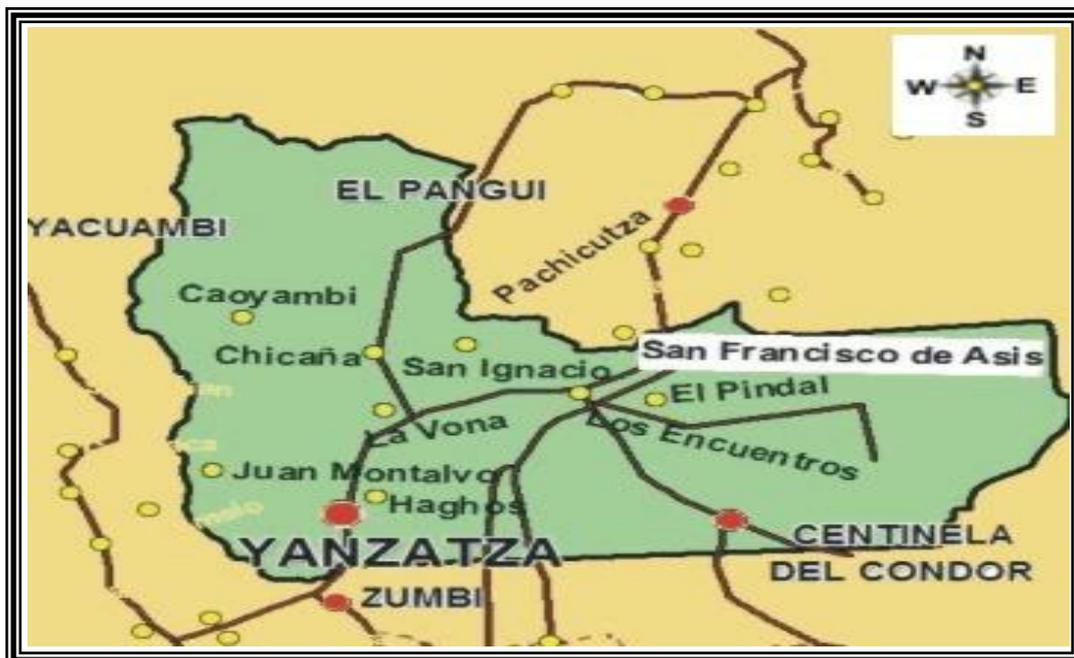
MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

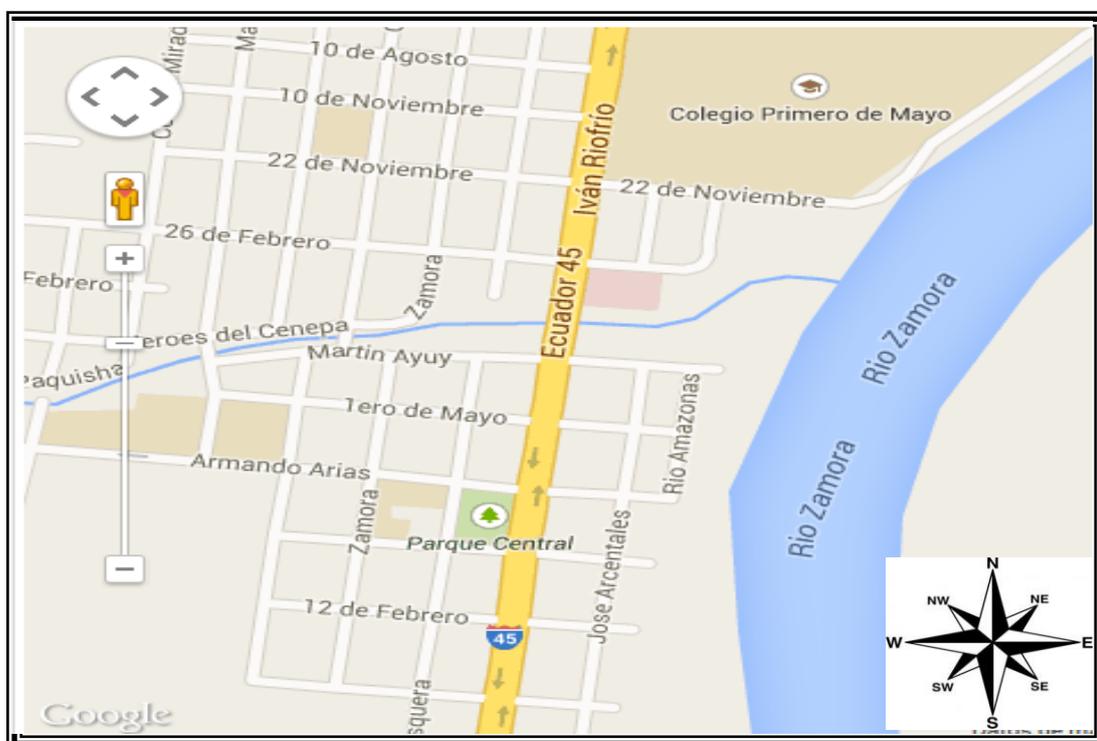
BIBLIOTECA, Área de la Educación el Arte y la Comunicación

TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR/NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO							NOTAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	RGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIOS COMUNIDAD	OTRAS DESAGREGACIONES	
TESIS	Yadira Teresa Velásquez Castillo: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014	UNL	2015	ECUADOR	ZONA 7	ZAMORA CHINCHIPE	YANTZAZA	YANTZAZA	CENTRAL	CD	Lic. Ciencias de la Educación, mención: Cultura Física

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS



CROQUIS DE LA CIUDAD DE YANTZAZA



ESQUEMA DE TESIS

i PORTADA

ii CERTIFICACIÓN

iii AUTORÍA

iv CARTA DE AUTORIZACIÓN

v AGRADECIMIENTO

vi DEDICATORIA

vii ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

viii MAPA GEOGRÁFICO.

ix ESQUEMA DE CONTENIDOS

- a. TÍTULO
- b. RESUMEN EN CASTELLANO Y TRADUCIDO AL INGLÉS.
- c. INTRODUCCIÓN
- d. REVISIÓN DE LITERATURA
- e. MATERIALES Y MÉTODOS
- f. RESULTADOS
- g. DISCUSIÓN
- h. CONCLUSIONES
- i. RECOMENDACIONES
- j. ANEXOS. PROYECTO APROBADO
- k. BIBLIOGRAFÍA
- l. ÍNDICE

a. TÍTULO:

**LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y
LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014**

b. RESUMEN

El presente trabajo de investigación contiene el estudio de la planificación del fútbol femenino, el desarrollo y las competencias en el cantón Yantzaza; el problema se sustenta en: No existe planificación, limitada organización de competencias para el desarrollo del fútbol femenino; cuyos objetivos fueron: Conocer cómo se realiza la planificación del entrenamiento en los clubes deportivos y centros educativos; también, determinar cómo se viene desarrollando el fútbol femenino, y, evaluar las competencias que se realizan fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, y su influencia en la formación deportiva; la revisión de literatura gira entorno a las variables: planificación, fútbol y competencias, la metodología utilizada se la cumplió través de métodos como el científico; inductivo – deductivo; analítico – sintético, hipotético y descriptivo; las técnicas que se utilizaron fue la encuesta aplicada a 6 entrenadores de fútbol femenino y 25 deportistas, a más de 12 fichas de Observación a la planificación y los test de habilidades del fútbol. Realizada la discusión y el análisis de abordaron los siguientes resultados relevantes: La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no está contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino; así como, las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza; entre las conclusiones se destaca que: la planificación del entrenamiento que realizan los clubes y centros educativos no están contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino en este cantón; también, las competencias que se realizan, no son suficientes, no tienen influencia para el desarrollo y formación del fútbol femenino, por la falta de una planificación que oriente a la masificación y desarrollo de este deporte en el cantón, de acuerdo al test del fútbol aplicado a las deportistas, se determina que desarrollan una deficiente aplicación de los fundamentos del fútbol femenino; por ello se recomienda que los clubes deportivos y centros educativos deben organizar programas de masificación deportiva – competitiva, para que contribuya al desarrollo del fútbol femenino; así como, los profesores de Educación Física de las instituciones educativas y entrenadores de fútbol, en coordinación con Federación Deportiva Estudiantil de Zamora Chinchipe, deben planificar más eventos competitivos en el año de fútbol femenino en el cantón Yantzaza, la falta de competencias de fútbol femenino en el cantón Yantzaza están incidiendo para que no exista una buena influencia en la formación deportiva, con lo cual se cumplió con los objetivos de la investigación

SUMMARY

The present research contains the planning study of women's football, and skills development in the canton Yantzaza; the problem is based on: There is no planning, limited organizational skills for the development of women's football; whose objectives were: To know how planning of training in sports clubs and schools is carried out; Also, determine how women's football is developing, and evaluating women's football competitions that take place in the Yantzaza canton in the province of Zamora Chinchipe, and their influence on sports training; literature review revolves around variables: planning, football and competitions, the methodology used is the accomplished through methods such as scientific; Inductive - deductive; analytical - synthetic, hypothetical and descriptive; the techniques used was the survey of six women's football coaches and 25 athletes, more than 12 records Observation planning and football skills test. Made discussion and analysis addressed the following headings: Planning of training undertaken by sports clubs and schools are not contributing to the development of women's football; as well as the skills that are made are not sufficient for the development of women's football in the canton Yantzaza; Among the conclusions it stresses that: the planning of training undertaken by sports clubs and schools are not contributing to the development of women's football; as well as the skills that are made, are very limited for the development of women's football in the canton Yantzaza, since there have been two events in 2014; It is therefore recommended that sports clubs and schools must organize mass sports programs - competitive, to contribute to the development of women's football; and physical education teachers and coaches football in coordination with Student Sports Federation Yantzaza should plan more competitive events in the year of women's football; according to the test applied to soccer athletes, is determined to develop a Regular ability of women's football grounds, therefore, the assessment by the lack of skills of women's football in the canton Yantzaza are advocating for no there exists a good influence on sports training, which will meet the objectives of the research

c. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación contiene el estudio de la planificación del fútbol femenino, el desarrollo y las competencias en el cantón Yantzaza; el análisis parte de las siguientes problemáticas : no existe planificación, limitada organización de competencias para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza; de lo cual se deriva el problema central de la investigación que se refiere a ¿Cómo incide la planificación del fútbol femenino en el desarrollo y competencias en el Cantón Yantzaza, provincia de Zamora Chinchipe, en el período 2014?

El objetivo general planteado hace referencia a evaluar cómo incide la planificación para el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el Cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, período 2014; y de objetivos específicos como: Conocer cómo se realiza la planificación del entrenamiento en los clubes deportivos y centros educativos; así como, determinar cómo se viene desarrollando el fútbol femenino, y, evaluar las competencias que se realizan fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, y su influencia en la formación deportiva.

La revisión de literatura está organizada entorno a las variables: planificación donde se describe la caracterización histórica, el Fútbol Femenino, el entrenamiento deportivo de la mujer, la preparación de las habilidades motrices básicas; en la segunda variable está estructurada por el Fútbol, historia del fútbol femenino, características y entrenamiento; en una tercera variable se describe la competencia femenina, la constitución de las deportistas, y los test de valoración en el fútbol.

La metodología utilizada a través de métodos como el científico permitió profundizar y señalar el procedimiento y el tratamiento de los problemas en relación a las hipótesis planteadas, en este caso, la planificación, el fútbol femenino y la competencia , se lo utilizó en la selección de la bibliografía; el método inductivo – deductivo, se lo aplicó para inferir criterios y llegar a organizar la problemática general del tema de investigación partiendo de las relaciones y circunstancias individuales, el método deductivo nos ayudó a extraer principios, leyes, normas generales aplicables y sustentables a la investigación, lo que se llegó a establecer las

conclusiones particulares y recomendaciones de la investigación; el método analítico – sintético, consistió en establecer las relaciones entre los distintos objetos, agrupándolos en una unidad completa; esto implicó llegar a vislumbrar la esencia del todo, conocer sus aspectos y relaciones básicas en una perspectiva de totalidad, lo que apoyó al cumplimiento de los objetivos e inferir conclusiones finales; el método hipotético, ayudó fundamentalmente en el planteamiento y verificación de las hipótesis, la cual fue desarrollada y contrastada con la información empírica que se recopiló; y el método descriptivo facilitó el análisis e interpretación de los resultados del trabajo de campo que se desarrolló durante todo el proceso de investigación.

Las hipótesis que se desarrollaron en el presente estudio centran sus enunciados en: La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no contribuye al desarrollo del fútbol femenino; y las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

Las técnicas que se aplicaron fueron: Encuesta, s a 6 entrenadores y 25 deportistas de fútbol femenino de la ciudad Yantzaza, así como 12 fichas de observación a la planificación que se cumplió en el entrenamiento y competencia del fútbol femenino, y los test de habilidades del fútbol como son: de recepción del balón, pase, conducción del balón, la finta y el tiro a distancia.

Realizada la discusión y el análisis de abordaron los siguientes resultados relevantes: La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no está contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino; así como, las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.

Entre las conclusiones se destaca que: la planificación del entrenamiento que realizan los clubes y centros educativos no están contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino en este cantón; de igual forma, las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino; así como, las competencias que se realizan de fútbol femenino no tienen influencia en la formación deportiva, por la falta de una planificación que oriente a la masificación y desarrollo de este deporte

en el cantón, esto porque no se planifica el desarrollo torneos de fútbol femenino en categorías inferiores, que sirvan como plataforma de masificación, desarrollo y fortalecimiento de organización y competencia deportiva; de acuerdo al test del fútbol aplicado a las deportistas, se determina que desarrollan una deficiente aplicación de los fundamentos del fútbol femenino; por ello se recomienda que: los clubes deportivos y centros educativos deben organizar programas de masificación deportiva – competitiva, para que contribuya al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza; así mismo, que los profesores de Educación Física de las instituciones educativas y entrenadores de fútbol, en coordinación con Federación Deportiva Estudiantil de Zamora Chinchipe, deben planificar más eventos competitivos en el año de fútbol femenino., estas entidades también deben realizar una planificación orientada a la masificación y desarrollo de fútbol femenino en el cantón, planificando torneos de fútbol femenino en las categorías inferiores para que sirvan como plataforma de captación de talentos que se formarán en lo posterior, y así fortalecer la organización y competencia del fútbol femenino en el cantón; finalmente que los entrenadores del cantón Yantzaza, realicen en forma periódica los test de evaluación técnica, lo que permitirá a través de una planificación dosificada mejorar los fundamentos del fútbol femenino en las deportistas.

De acuerdo a la evaluación de la falta de competencias de fútbol femenino en el cantón Yantzaza están incidiendo para que no exista una buena influencia en la formación deportiva, con lo cual se cumplió con los objetivos de la investigación ya que se evaluó que de acuerdo al test promedio de habilidades del fútbol aplicado a las deportistas, se determina que las deportistas tienen una valoración de Regular en la aplicación de las habilidades del fútbol.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

PLANIFICACIÓN

Caracterización histórica geográfica.- Revisando la página Web del Municipio de Yantzaza se encontró que. “Yantzaza es una ciudad pequeña, localizada en el sureste del Ecuador, en la provincia de Zamora Chinchipe, y es la cabecera del cantón homónimo.

Yantzaza es el principal centro económico, comercial, y la segunda ciudad más poblada de la provincia con 10.528 habitantes. Se encuentra ubicada en la ribera del río Zamora, sobre el famoso Valle de Yantzaza o Valle de las Luciérnagas, a 43 kilómetros de la ciudad de Zamora. El origen de su nombre proviene del shuar *yanzatzza* que significa 'valle de las luciérnagas', debido a la constante presencia de estos insectos en el lugar. En las afueras y alrededores de la ciudad se desarrolla una actividad ganadera de forma intensiva que abastece el mercado local y nacional.

Yantzaza es un cantón que se aproxima a los 25 años de vida y el pueblo se formó con gente del Azuay, Loja y El Oro. Al comienzo las primeras familias de colonos llegaron a la provincia de Zamora Chinchipe, impulsadas por la fiebre del oro y se dedicaron a lavar el dorado metal en los ríos de la selva. Casi en el mismo sitio, donde se levantaron los campamentos mineros, posteriormente, se construyeron las casitas con material de la zona, que conformaron el poblado.

Yantzaza tiene historias con olor a oro, y con ese sabor característico de la vida de aquellos mineros bravos, que llegaron caminando y se enfrentaron a la correntada de los ríos, en frágiles canoas a remo y palanca, para desplazarse de un sector a otro.

Actualmente es una ciudad donde también entró lo moderno y el progreso, incluso tiene edificios y calles llenas de movimiento. Está considerada como la 'capital económica' de la mencionada provincia amazónica, y tiene mucho más vida que la propia capital de Zamora Chinchipe.

Situación Demográfica. El cantón Yantzaza, es uno de los cantones más bellos situado en la provincia de Zamora Chinchipe, Ecuador. El origen de su nombre lo

debe a la presencia del Valle de Yantzaza y a su cabecera cantonal. Al igual que Zamora, limita con la mayoría de cantones restantes a excepción de Chinchipe, Palanda y Nangaritza. Al norte limita con la provincia del Azuay; y al este con el Departamento de Amazonas, Perú por medio de la Cordillera del Cóndor conocido también como el gran valle de las luciérnagas.

Yantzaza a más de contar con hermosos paisajes, tiene el privilegio de tener gente amable, generosa y muy sencilla, las mismas que constituyen una población de 18.675 habitantes, según el último censo realizado por el INEC en el año del 2010. En el cantón Yantzaza la población está conformada por los Mestizos, Saraguros y los naturales o Shuar”(Gad Municipal, 2015)

División Política.- En la página de Wikipedia señala “El cantón está dividido políticamente en tres parroquias, una parroquia urbana y dos rurales que son:**Yantzaza** es una ciudad pequeña, localizada en el sureste del Ecuador, en la provincia de Zamora Chinchipe, y es la cabecera del cantón homónimo.La parroquia Chicaña es una parroquia de Ecuador, en el cantón Yantzaza, provincia de Zamora Chinchipe.La parroquia es conocida porque cerca de ella se encuentran dos balnearios naturales del Río Chicaña. El primer balneario se encuentra a 8.5 km de Yantzaza, junto a la carretera Troncal Amazónica que va en dirección a Gualaquiza. El segundo que se encuentra a 15 km de Yantzaza y un km de Chicaña, es un sitio a donde acuden muchos turistas del país y provincia, especialmente en las festividades del carnaval para refrescarse en sus aguas y disfrutar de los diferentes eventos celebrados en la fecha.

Además cabe destacar la presencia del barrio San Vicente de Caney y el sendero El Oso-Kunki-Uwents. San Vicente de Caney es una zona ganadera, ubicada a 21.5 km de Yantzaza, donde habita el grupo étnico Saraguro, que conserva sus costumbres reflejadas en sus huertos y viviendas. El sendero que atraviesa los barrios El Oso-Kunki-Uwents y que permite acceder hasta el cantón El Pangui, posee un muy alto valor eco turístico que nos permite contemplar la hermosa flora y fauna existente en el lugar. Para acceder se llega en vehículo hasta el inicio del sendero en la Cordillera de El Oso, luego a pie o en acémila se puede observar paisajes naturales de gran

belleza y entrar en contacto con las comunidades Shuar. El trayecto tomará un día y es una ruta alternativa hacia el cantón El Pangui.

Aspectos Geográficos de Yantzaza.- Dentro de los aspectos geográficos tenemos los límites que posee el cantón, la altitud, la distancia posee hacia la provincia, la extensión con que cuenta, que clase de clima tiene, la temperatura promedio que varía en el año; el cantón cuenta con un gran número de cordilleras a sus alrededores y grandes afluentes de agua.

Ubicación y Límites.- El cantón Yantzaza se encuentra ubicada al sureste de la provincia de Zamora Chinchipe, dentro de sus límites tenemos: Norte.- Con los cantones el Pangui y Gualaquiza-Provincia de Morona Santiago Sur.- Con los cantones Centinela del Cóndor y PaquishaEste.- Límites internacionales con el Perú Oeste.- Con los cantones Zamora y Yacuambi.

Altitud El cantón se encuentra a una altitud de 600 a 1200 m.s.n.m. **Distancia.-** El cantón Yantzaza se encuentra ubicado a una distancia de 39.9 km de la capital de Zamora Chinchipe **Extensión,** El cantón Yantzaza cuenta con una extensión de 990 km² **Clima ,** Yantzaza cuenta con un clima tropical y subtropical húmedo ya que se halla a la entrada de la cordillera del cóndor. **Temperatura,** Su temperatura varía entre los 18 a 28°C, con un promedio de 23°C”(wikipedia, 2014)

Planificación.- La planificación es una parte esencial de cualquier actividad exitosa. El entrenamiento no es excepción; si usted y los participantes en su programa quieren lograr las metas que se han fijado, necesitan saber a dónde van y qué tienen que hacer para llegar ahí. La planificación no es complicada. Más bien, es simple establecimiento de prioridades y el decir cómo y cuándo tomarlas en cuenta.

Diccionario de las Ciencias de la Educación, define planificación como: “Proceso que es preciso seguir para alcanzar objetivos concretos en plazos determinados y etapas definidas, partiendo del conocimiento y de la evaluación científica de la situación original y utilizando de modo racional los medios materiales y los recursos humanos disponibles” (Santillana, 2008)

Definición.- Para el autor Eibmann 2009, manifiesta que: “Los esfuerzos que se realizan a fin de cumplir objetivos y hacer realidad diversos propósitos se enmarcan dentro de una planificación. Este proceso exige respetar una serie de pasos que se fijan en un primer momento, para lo cual aquellos que elaboran una planificación emplean diferentes herramientas y expresiones.



La planificación supone trabajar en una misma línea desde el comienzo de un proyecto, ya que se requieren múltiples acciones cuando se organiza cada uno de los proyectos. Su primer paso, dicen los expertos, es trazar el plan que luego será concretado.

En otras palabras, la planificación es un método que permite ejecutar planes de forma directa, los cuales serán realizados y supervisados en función del planeamiento

Según el Diccionario de Ciencias de la Educación planificar es: el proceso que debemos seguir para alcanzar objetivos concretos en unos plazos terminados y en etapas definidas, partiendo del conocimiento y de la evaluación científica de la situación de origen y utilizando de modo racional los medios naturales y los recursos humanos disponibles.

Desde esta definición en toda planificación es preciso partir de un estudio previo del grupo que nos permita delimitar unos objetivos a corto, medio y largo plazo; debiendo establecer unos contenidos secuenciados que favorezcan unos aprendizajes concretos a nivel: físico, técnico, táctico y psicológico; siendo preciso prever la utilización de unos recursos materiales (material deportivo) y humanos (personal técnico cualificado)”(pág. 102)

Características.-- A través de las diferentes épocas la necesidad de alcanzar el rendimiento provocó que deportistas y entrenadores buscarán la sistematización del entrenamiento en pos de ese logro. Sin embargo pensamos que hay tres momentos fundamentales que son verdaderos hitos en el deporte moderno que provocaron

cambios significativos en la planificación del entrenamiento. Los mismos son los siguientes:



La realización de los Juegos Olímpicos modernos. Esta etapa se la reconoce como la de racionalización del entrenamiento y tiene diversos referentes.

La guerra fría, desatada al finalizar la II Guerra Mundial entre las potencias, involucró al deporte, a partir de la década del 50. Esta etapa se caracterizó por un importante desarrollo de las ciencias del entrenamiento. Se la reconoce como planificación tradicional, siendo su principal referente Matveev.

Fases del Entrenamiento Deportivo. —El Meso ciclo.-Esta es una estructura media, está integrada dentro del macrociclo y a su vez está formada por microciclos. Siendo su característica fundamental, que siempre termina en un microciclo de súpercompensación.

La sumatoria numérica de los estímulos en el mesociclo, permite visualizar muy fácilmente cuando y donde se ubicaran las tareas especiales como son los llamados puntos débiles y puntos fuertes de los deportistas.

Micro ciclo.- Es la estructura pequeña, cuya duración oscila entre 3-4 días hasta 10-15 días, aunque suelen durar una semana. La calidad y cantidad de contenidos que la componen, le dan su tendencia haciendo que tomen el nombre de "corrientes", "de choque", "de aproximación", "de súpercompensación", "pre-competitivos", "de competencia", etc.

Planificación del Entrenamiento.-La planificación del entrenamiento consta de tres pasos: Establecimiento del marco de trabajo, Decisión sobre el contenido, Evaluación. El segundo paso de una planificación de un entrenamiento, es determinar su contenido. El tercer paso es la evaluación: se reúne la información específica sobre

los entrenamientos y se emplea esta información para modificar la planificación general. Este paso es crucial, porque le permite basarse en las experiencias obtenidas, asegurando su efectividad.

La periodización y planificación del entrenamiento deportivo, como área especializada de este, y a su vez, de la Educación Física, se consolidan sobre un sustento Biológico, uno Pedagógico y un tercero Afectivo-Motivacional.

El sustento afectivo-motivacional no es otro que el mismo sujeto predispuesto al esfuerzo para conseguir el logro deportivo.



Su voluntad de querer hacer, y la motivación que el núcleo social en que se desempeña le despierta y mantiene. El sustento pedagógico, se constituye en la persona misma del entrenador, maestro de deporte o director técnico. El sustento biológico, el ciclo vital más sintéticamente expresado, es el de nacer, crecer, reproducir y morir. Las etapas de la vida periodizables para el entrenamiento son las de crecimiento y reproducción que coinciden con la juventud y la adultez

Entrenamiento Deportivo en la Mujer.-El proceso del entrenamiento en la mujer que debe ser planteado a largo plazo, atraviesa por una serie de etapas o fases desde su inicio hasta que alcanza el alto rendimiento en el caso de aquellos jóvenes que su objetivo sea ese y lleguen a la última fase. Es así que existen diversos planteamientos sobre las distintas etapas de formación que tienen que atravesar los niños y jóvenes como autores, de esta manera se ha pensado en realizar una breve revisión de algunos criterios, y luego centrarnos en un modelo que se adapte al tema de investigación planteado.

Generalidades.- el Entrenamiento Básico:que para este autor consiste en el desarrollo de una base motora amplia y variada, que está enfocada en la práctica de varios deportes y no a uno solo porque se pierden posibilidades de expresión posterior. Igualmente esta fase debe centrarse en la coordinación psicomotriz y en el desarrollo de la resistencia en el niño como cualidad física más adecuada a estas

edades porque con ella se mejora todo el sistema cardiorrespiratorio lo que redundará en beneficio de otras áreas corporales o de otras cualidades.



Entrenamiento de Desarrollo:que debe orientarse ya a una preparación en el deporte elegido, pero de base, desarrollando la condición física específica, el repertorio tecno motriz de ese deporte y una táctica básica.

Entrenamiento de Alto Rendimiento:que tiene por objetivo optimizar los diferentes sistemas y recursos del entrenamiento en dirección a alcanzar la forma deportiva y obtener el máximo rendimiento en una especialidad concreta.

El enfoque de estas tres fases de Hahn conduce hacia el alto rendimiento, algo que exigirá una plena dedicación, una intensidad y una capacidad para el entrenamiento que muchos jóvenes no pueden o no están preparados para aguantarlo. Debemos tener en cuenta, por tanto, en la programación real del entrenamiento con nuestros deportistas que la mayoría de ellos sólo estarán presentes en la primera y segunda fase.

Fases de Entrenamiento.- Para GrosserStarischka y Zimmermann (1988) es muy importante el diagnóstico inicialque se haga, pues es el que orientará el entrenamiento posterior, sus fases y los niveles del mismo. Además el diagnóstico sirve para jerarquizar los factores de exigencia al permitirnos saber cuáles son las necesidades existentes o la dirección que en cada momento debe tener el entrenamiento. Por su parte, Harre (2010) divide el entrenamiento en dos fases únicamente:

Entrenamiento de jóvenes:se dirige a quienes no han alcanzado, todavía, la edad de los adultos y que, a su vez, subdivide en:

Principiantes: Con un objetivo claro en ampliar la base motriz general de los niños que se inician en el deporte para dotarles de la capacidad necesaria para poder pasar a otras fases más exigentes.

Avanzados: cuyo planteamiento principal es orientar a los jóvenes hacia una especialidad deportiva concreta.

Desarrollo Motor.- Es necesario ubicar el subsistema Desarrollo Motor Humano dentro del sistema del Desarrollo Humano. El estudio del ser humano se ha realizado desde diferentes perspectivas, así encontramos importantes estudios sobre la capacidad cognoscitiva, conductas sociales, afectos y emociones, y por otra parte, pautas de evolución de su crecimiento biológico y de la evolución de sus conductas motrices.



El concepto de desarrollo motor, definido por Keogh (2009), estudia los cambios en las competencias motrices humanas desde el nacimiento a la vejez, los factores que intervienen en estos cambios así como su relación con otros ámbitos de la conducta". El desarrollo motor del ser humano se define como el proceso de perfeccionamiento de sus habilidades motoras y de sus capacidades físicas, el mismo que se alcanza al pasar por diferentes fases desde su nacimiento hasta su edad adulta

Planificación de las Habilidades Físicas Motoras Básicas

Condicionales.- La fuerza: Fuerza muscular es la tensión que realiza un músculo contra una resistencia. Bajo el concepto de fuerza del ser humano hay que entender su capacidad para vencer o contrarrestar una resistencia mediante la actividad muscular.¹⁷ Capacidad para superar resistencia exterior y resistirlos a través de esfuerzos musculares (Zatziortski, 2010).

La velocidad.- Las capacidades de velocidad del deportista son un conjunto de propiedades funcionales que permiten ejecutar las acciones motoras en un tiempo

mínimo. Según Grosser y Brüggeman (2011), es la capacidad de reaccionar con máxima rapidez frente a una señal y/o realizar movimientos con máxima velocidad. Matveev (2006) define rapidez: “Es el conjunto de propiedades funcionales del hombre que determinan directa y preferentemente las características de la velocidad de los movimientos, así también como el tiempo de reacción motora”.

La resistencia: Se entiende como resistencia a la fatiga la capacidad de realizar un ejercicio, de manera eficaz, superando la fatiga que se produce.²⁵ Según Fritz Zintl (1991), es la capacidad física y psíquica de soportar el cansancio frente a esfuerzos relativamente largos y/o la capacidad de recuperación rápida después de los esfuerzos. En opinión de Langlade, es la capacidad para mantener un esfuerzo prolongado, sin disminución apreciable de la performance. (PLATONOV, Wladimir, La Preparación Física, p.271)

Coordinativas.-El desarrollo y mejoramiento de la estructura de movimiento y de la coordinación motora está directamente relacionada con el estado del sistema nervioso central y, particularmente con el sistema sensorio motriz y de la integración del sistema perceptivo (visual, táctil, auditivo y cenestésica).



Clasificación de las capacidades coordinativas Las capacidades coordinativas se clasifican básicamente en siete principales, las cuales al funcionar interrelacionadas o consecutivamente pueden producir una clasificación extremadamente amplia, de este modo se ha tomado a las capacidades coordinativas generales, y son:

Regulación del movimiento: Es la capacidad para coordinar eficazmente diferentes movimientos corporales parciales, movimientos aislados o fases de movimientos ligados a los objetivos parciales que en su conjunto componen la acción táctica del juego. En los Juegos deportivos, la existencia de una relación de oposición entre los objetivos motores perseguidos por los participantes -contra comunicación motriz

(Parlebas, 2008)- obliga al jugador con iniciativa motriz a una combinación constante de habilidades en función de las respuestas propuestas por el adversario directo o sus compañeros.

Orientación:Es la capacidad que permite determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo en relación al campo de acción (terreno de juego, material fijo,...) y/o a un objeto en movimiento (móvil, compañeros, adversarios. (Harre, 2009).

Diferenciación:Es la capacidad que permite expresar una gran precisión y economía entre las diversas fases parciales del movimiento o entre los movimientos de diferentes partes del cuerpo. Se encuentra fundamentada en la percepción constante y precisa de los parámetros espaciales, temporales y de fuerza durante la ejecución del gesto, y en la comparación con el programa motor codificado en distintos planos regulativos (modelo interno del movimiento).

Equilibrio: Es la capacidad de mantener el cuerpo en estado de equilibrio o de recuperarlo después de movimientos o cambios posicionales amplios y veloces. Esta capacidad tiene dos aspectos que deben ser diferenciados (Meinel y Schnabel, 2007).



Reacción:Es la capacidad de proponer y ejecutar rápidamente acciones motrices adecuadas a las demandas de la situación de juego concreta como respuesta a un estímulo propio o del entorno (señales acústicas, ópticas, táctiles o kinestésicas).

Las capacidades de reacción pueden ser de tipo simple, o sea, de respuesta a señales previstas y conocidas en las que se movilizan movimientos ya preparados y unívocos, o de tipo complejo, como respuesta a estímulos no conocidos o imprevistos y con un abanico muy amplio de respuestas posibles.

Ritmo: Es la capacidad de organizar cronológicamente las prestaciones musculares en relación al espacio y al tiempo (Manno, 2011) a partir de un ritmo propuesto externamente o interiorizado por el propio deportista. La capacidad rítmica permite al jugador proponer el "tiempo adecuado" a las acciones específicas en la competición, tanto en lo que se refiere a las fases de los movimientos creando un gesto único armónico (ritmo de la acción) como a la determinación de la sucesión dinámica-temporal adecuada entre diversas tareas (ritmo entre acciones).

FUTBOL FEMENINO

Fútbol Femenino.- (Carla RrayRoggiero, 2010) al respecto manifiesta que: “El fútbol o futbol (del inglés británico *football*), también conocido como fútbol asociación, balompié o soccer, es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de once jugadores cada uno y cuatro árbitros que se ocupan de que las normas se cumplan correctamente. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues participan en él unos 270 millones de personas.



El terreno de juego es rectangular de césped natural o artificial, con una portería o arco a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar con cualquier parte del cuerpo que no sea los brazos o las manos, y mayoritariamente con los pies (de ahí su nombre), una pelota a través del campo para intentar introducirla dentro de la portería contraria, acción que se denomina marcar un gol.

El equipo que logre más goles al cabo del partido, de una duración de 90 minutos, es el que resulta ganador del encuentro.

El juego moderno fue creado en Inglaterra tras la formación de la Football Association, cuyas reglas de 1863 son la base del deporte en la actualidad. El organismo rector del fútbol es la *Fédération Internationale de Football Association*, más conocida por su acrónimo *FIFA*. La competición internacional de fútbol más

prestigiosa es la Copa Mundial de Fútbol, organizada cada cuatro años por dicho organismo. Este evento es el más famoso y con mayor cantidad de espectadores del mundo, doblando la audiencia de los Juegos Olímpicos.



El fútbol se juega siguiendo una serie de reglas, llamadas oficialmente *reglas de juego*. Este deporte se practica con una pelota esférica (de cuero u otro material con una circunferencia no mayor a 70 cm y no inferior a 68 cm, y un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g al comienzo del partido), donde dos equipos de once jugadores cada uno (diez jugadores "de campo" y un arquero) compiten por encajar la misma en la portería rival, marcando así un gol.

El equipo que más goles haya marcado al final del partido es el ganador; si ambos equipos no marcan, o marcan la misma cantidad de goles, entonces se declara un empate. Puede haber excepciones a esta regla.

La regla principal es que los jugadores, excepto los guardametas, no pueden tocar intencionalmente la pelota con sus brazos o manos durante el juego, aunque deben usar sus manos para los saques de banda”(pág. 77)

Definición.- “generalmente referida como fútbol femenino es el más prominente deporte de equipo entre las mujeres en muchos países, siendo una de las pocas disciplinas deportivas con ligas profesionales en este ámbito. El fútbol femenino no constituye una excepción del fútbol masculino. Los hombres y las mujeres tienen los mismos derechos, aunque en el fútbol esta situación aún sea una utopía. Existen muchos más puntos similares que diferentes entre hombres y mujeres en el fútbol, ya que las reglas de juego son exactamente las mismas, o sea que las labores relacionadas con las funciones de los jugadores en el terreno de juego son las mismas, un ariete masculino debe una situación futbolística de la misma manera que una artillera.

El interés de las mujeres por el fútbol ha crecido desde la década de 1970. Se juega en muchas escuelas y su organización en los niveles superiores se ha desarrollado sobre las mismas líneas de juego que el de los hombres. Hay muchos equipos profesionales y semi profesionales en muchos países europeos (Noruega, Suecia, Finlandia, Dinamarca, Holanda, Alemania, Italia y España). En estos países, en ocasiones, asisten a los partidos varios miles de espectadores y el nivel de destreza en el campo puede igualar al que se ve en el juego masculino. En 1991 se celebró el primer Campeonato del Mundo femenino, al que asistieron doce selecciones. La final se celebró en Cantón (China). En la final se enfrentaron Noruega y Estados Unidos, ganando este último equipo por dos a uno. Los goles americanos los marcó Michelle Akers-Stahl, reconocida como la mayor estrella de fútbol femenino mundial. Los Campeonatos de Europa femeninos comenzaron en la temporada 1983-1984 y fueron ganados por Suecia. Noruega ganó en 1987 y la República Federal de Alemania en 1989 y 1991. La última copa mundial se celebró en china entre el 10 y el 30 de septiembre del 2007 con una participación record de 119 selecciones en las rondas clasificatorias, este torneo seria la antesala de los juegos olímpicos donde el fútbol femenino será participante.

Historia.- La mujer ha sido importante en el desarrollo y evolución del fútbol hasta nuestros días. Las primeras evidencias datan de los tiempos de la dinastía Han en el que se jugaba una variante antigua del juego llamada TsuChu. Existen otros deportes que indican que en el siglo XII, era usual que las mujeres jugaran juegos de pelota, especialmente en Francia y Escocia. En 1863, se definieron normas para evitar la violencia en el juego con tal de que fuera socialmente aceptable para las mujeres. En 1892, en la ciudad de Glasgow, Escocia, se registró el primer partido de fútbol entre mujeres.

El documento más conocido acerca de los comienzos del fútbol femenino datan de 1894 cuando NettieHoneyball, una activista de los derechos de la mujer, fundó el primer club deportivo denominado British Ladies Football Club. Honeyball, convencida de su causa declaró que con esto quería demostrar que la mujer podía lograr emanciparse y tener un lugar importante en la sociedad que por entonces excluía a muchas mujeres.

La Primera Guerra Mundial fue clave en la masificación del fútbol femenino en Inglaterra. Debido a que muchos hombres salieron al campo de batalla, la mujer se introdujo masivamente en la fuerza laboral. Muchas fábricas tenían sus propios equipos de fútbol que hasta ese entonces eran privilegio de los varones. El más exitoso de estos equipos fue el Dick, Kerr's Ladies de Preston, Inglaterra. Dicho equipo fue exitoso, alcanzando resultados como el de un partido contra un equipo escocés en el que ganaron por 22-0.



Sin embargo, al fin de la guerra, la FA no reconoció al fútbol femenino a pesar del éxito de popularidad que alcanzó. Esto llevó a la formación de la English Ladies Football Association cuyos inicios fueron difíciles debido al boicot de la FA que los llevó incluso a jugar en canchas de Rugby y a otras no afiliadas a la FA.

Tras la Copa Mundial de Fútbol de 1966, el interés de las aficionadas creció a tal punto que la FA decidió reincorporarlas en 1969 tras la creación de la rama femenina de la FA. En 1971, la UEFA encargó a sus respectivos asociados la gestión y fomento del fútbol femenino hecho que se consolidó en los siguientes años. Así, países como Italia, Estados Unidos o Japón tienen ligas profesionales competitivas cuya popularidad no envidia a la alcanzada por sus similares masculinos”(wikipedia, 2014)

La Mujer y el Fútbol.- El autor Aranda 2009) cita que; “La creencia de que la participación en deportes de competición tiende a masculinizar a las mujeres se ha encontrado en la investigación en una gran variedad de poblaciones (Harres, 1968; Sherif, 1971). Esta creencia es coherente con los estereotipos imperantes sobre las mujeres y que contrastan con los rasgos asociados con el éxito de los atletas (Cann, 1991; Harris, 1981). Que las mujeres atletas sean vistas como “masculinas”, puede deberse más a la tendencia de mujeres grandes y fuertes a mantenerse en la actividad deportiva de competición (tal vez en relación a mejores resultados deportivos) que a una posible masculinización de las mujeres atletas.



Algunos deportes son vistos como más masculinos que otros, atrayendo preferentemente a más hombres que mujeres (sería el caso del fútbol o del rugby), mientras que otros deportes tradicionalmente “femeninos” atraen a más mujeres (ballet o patinaje artístico serían posibles ejemplos).

En contraste, existen algunos deportes cuya práctica parece ser aceptable por ambos géneros (Cratty, 1983) como la natación, el tenis o la hípica. Pareciera que los deportes de contacto han estado reservados para la práctica masculina mientras que aquellos que potencian la armonía han estado acotados al terreno de las mujeres (Bohórquez, 2008); en la misma línea, tradicionalmente las mujeres han participado en deportes individuales en vez de hacerlo en deportes de equipo (DeBacy, Spaeth, y Busch, 1970). Incluso las mujeres clasifican deportes como el fútbol poco femeninos en comparación con otros como el voleibol (Salisbury y Passer, 1982).

Las personas aprenden a través de la socialización qué deportes se consideran masculinos, neutros o femeninos y por lo tanto los estereotipos de género se adquirirían durante los primeros años. Corbin y Nix (1970) encontraron que durante la escolarización primaria, niñas y niños ya consideraban que una tarea de competencia implica energía, velocidad y fuerza, características que atribuían preponderantemente a los hombres en los hombres.

Estos estereotipos de género probablemente estén influenciando la elección y/o la participación de las mujeres en uno u otro deporte (Bohórquez, 2008), especialmente en los períodos críticos del desarrollo como pudiera ser la adolescencia (Palacios y Marchesi, 2002).

Entre los factores que influyen en ayudar o entorpecer la participación regular en una determinada actividad física se encuentran –entre otros- los factores situacionales, entre los que se encuentra el entorno social formado por la familia, los compañeros, etc. Sobre el respaldo social, Weinberg y Gould (1996) indican que el respaldo social positivo (actitud positiva hacia la Actividad Física realizada, entusiasmo por los

progresos efectuados y disposición de recursos temporales y materiales para el desarrollo del ejercicio) aumenta la tasa de permanencia en un 75%.

Así, la existencia de estereotipos negativos traducida en prejuicios hacia el desarrollo de una determinada modalidad deportiva reduciría drásticamente el apoyo social recibido para la realización de la misma, dando lugar a situaciones de desigualdad.

Como ya señalaron Hornsey y Hogg (2000), “los prejuicios, la discriminación, los estereotipos negativos y los comportamientos agresivos subsiguientes forman un subconjunto de estrategias capaces de crear y/o mantener un estado de distintividad y por lo tanto de exclusión”. (Aranda, 2009)

COMPETENCIA

La Competencia Femenina.- “Además del juego, las situaciones de competición serán también otro medio interesante a desarrollar con los chicos y chicas que practican deporte durante la edad escolar. En nuestro caso, la utilización de la competición se va a realizar siempre como un medio de motivación y aprendizaje de los alumnos y nunca como el fin último a conseguir. Es decir, la importancia de la competición va a recaer en su incidencia en la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje y nunca en la consecución de resultados a corto plazo. En estas edades vamos a rechazar toda situación en la que la competición sirva como medio de discriminación y selección. (<http://www.efdeportes.com/efd31/id1.htm>)

Los niños tienen derecho a competir y a divertirse, pero que la competición debe ser y estar adaptada a las edades de nuestros alumnos. Por su parte, González (2010) apunta que el niño está preocupado por mejorar sus destrezas motrices y por la competición, sugiriendo que en la programación didáctica debemos utilizar el juego competitivo como medio de introducir al niño en la resolución de problemas motrices. Por lo tanto, la competición en sí no es negativa, sino su mala interpretación y aplicación en la enseñanza. La competición será negativa cuando premiamos sólo los resultados, cuando la hacemos discriminatoria, sólo para los mejores, en definitiva, cuando la hacemos trascendente. Sin embargo, sí que

podemos utilizar la competición como medio educativo cuando no priman los resultados, cuando participan todos, cuando nos sirve como mejora del aprendizaje de nuestros alumnos/as y cuando no especializamos en edades tempranas en una sola modalidad deportiva. (<http://www.efdeportes.com/efd31/id1.htm>)

Estamentos del Fútbol Femenino.- es una de las disciplinas deportivas que menos ha avanzado en su trayectoria. En casi sus 100 años de existencia el escaso progreso que ha vivido, ha llevado a tenerlo enraizado y estancado en un "divertimiento para las chicas". Su escasa o vaga profesionalización en los sectores que lo rodean (federación, técnicos, sponsorización...) ha conseguido y consigue en la actualidad que no se llegue a ver más allá que una actividad de ocio.



Se emitieron un documental sobre el fútbol femenino llamado "Cuestión de pelotas" y que abre los ojos para los que no se encuentran dentro de éste mundo (y también para los que están dentro). Además en el documental se critica de forma comprensible a los estamentos de la federación, a su forma de hacer las cosas y a su conveniencia en ese hacer.

Con el objetivo de fomentar el fútbol femenino y de conseguir que crezca a todos los niveles, os dejo aquí el enlace ya que me veo en la obligación de seguir difundiendo el fútbol femenino, encaminando éste a la profesionalización de jugadoras.

Se debe hacer una reflexión importante no sólo de la profesionalización de las jugadoras sino también de la falta de profesionales que rodean al fútbol femenino.

El Fútbol Femenino se ha convertido en un fenómeno deportivo mundial y a su vez es un factor clave para el crecimiento de este deporte en todo el planeta. Hoy en día, alrededor de 26 millones de mujeres y niñas juegan al fútbol, y uno de cada diez jugadores es mujer. El balompié no sólo aumenta en números absolutos cada año, sino que también crece en partes del mundo donde no se practica tradicionalmente.

Mitos del Fútbol Femenino.- “Circulan muchos mitos sobre las lesiones que se producen en el fútbol femenino. Como suele ocurrir, los casos más famosos inducen al error. En líneas generales, salvo contadas excepciones, la incidencia es de hecho menor entre las mujeres que juegan al fútbol que entre los hombres que practican este deporte.



Otra de las principales diferencias es el tipo de contusiones que sufren ambos colectivos. Las mujeres parecen más vulnerables que los hombres a los esguinces de tobillo, a los problemas de ligamentos de rodilla y a las conmociones cerebrales. Una de las más preocupantes por su recurrencia es la lesión del ligamento cruzado anterior de la rodilla, pues se diagnostica hasta diez veces más en las jugadoras que en los jugadores.

En las dos Copas Mundiales Femenina de la FIFA anteriores, en los Torneos Olímpicos de Fútbol femenino de 2000 y 2004 y en los campeonatos juveniles de 2002, 2004 y 2006, se registraron 387 lesiones en 174 partidos. Esta cifra arroja un promedio de 2.2 lesiones por partido, mientras que en el fútbol masculino la media es de 2.7 aproximadamente. Las dos ediciones previas de la Copa Mundial Femenina de la FIFA ofrecen el menor índice de lesiones (1.5 por partido), mientras que los campeonatos juveniles presentan el más alto (2.7 por partido), lo que indica que los futbolistas jóvenes se lesionan más a menudo que los veteranos, tanto en las competiciones femeninas como en las masculinas.

Las partes del cuerpo en las que habitualmente se sufren las lesiones coinciden prácticamente en los hombres y en las mujeres. Como es lógico, unos dos tercios de todas ellas se producen en las piernas, especialmente en el tobillo, la rodilla y el muslo. La siguiente en importancia es la cabeza, seguida del tronco y los brazos. Las lesiones más frecuentes son las conmociones cerebrales; las distensiones, esguinces y

roturas de ligamentos; y los desgarros o roturas de la fibra muscular. El esguince de tobillo es la más diagnosticada. Pese a todo, las lesiones no se deben aceptar impasiblemente como gajes del oficio. Los programas de prevención pueden reducir el riesgo, aunque hay que seguirlos con mucha regularidad (por ejemplo, tres veces o más por semana). En este aspecto, la importancia no estriba en lo que se haga, sino en hacerlo regularmente cita: (FIFA.com Septiembre 25 de 2007)

Procesos Técnicos Metodológicos del Fútbol

Métodos.- Metodología es una palabra compuesta por tres vocablos griegos: metà (“más allá”), odòs (“camino”) y logos (“estudio”) y representa la parte de la didáctica que trata sobre el conocimiento de los métodos de enseñanza, gracias a la cual podemos encontrar los caminos que nos llevan al aprendizaje de los jugadores. Es la parte de la didáctica referida a cómo actuar, referido a la enseñanza y al aprendizaje, lo cual exige el conocimiento de los métodos de enseñanza.

Según el diccionario de la lengua española, metodología es la “ciencia del método” y método es el “modo de hacer o decir con orden una cosa”. A este concepto de metodología hemos de unir otro que nos ayudará a alcanzar nuestro objetivo y este es el de didáctica ‘arte de enseñar’.



Con estas dos sencillas definiciones podemos deducir que lo que se pretende desarrollar es el modo de realizar con orden las enseñanzas en el fútbol. Cuando apreciamos que nuestros jugadores están aprendiendo, decimos que siguen el proceso metodológico correcto.

El entrenador debe transmitir valores, establecer unos objetivos y unos contenidos, fijar y utilizar unas estrategias metodológicas y unos recursos didácticos, seguir una planificación y unos criterios de evaluación de los resultados y del proceso..

Así pues la metodología se debe entender como el conjunto de métodos tendientes a lograr el proceso de enseñanza-aprendizaje y sus objetivos establecidos empleando las teorías educativas correspondientes y adecuadas. Es importante la distinción entre el método (el procedimiento para alcanzar objetivos) y la metodología (el estudio de los métodos).

Medios a Utilizar.- El juego.- va a ser el medio más empleado para desarrollar motrizmente a los alumnos o jugadores durante las primeras etapas de formación. En una lógica aplicación de este medio parecería correcto que tras una primera etapa donde empleáramos sobre todo juegos simples, primer ciclo de primaria, pasaríamos más tarde a utilizar los juegos pre-deportivos genéricos y específicos en el segundo y tercer ciclo. En la parte final de la fase de iniciación comenzaríamos a utilizar los deportes reducidos con las interesantes aportaciones pedagógicas y reglamentarias que plantean.

La competición.- Además del juego, las situaciones de competición serán también otro medio interesante a desarrollar con los chicos y chicas que practican deporte durante la edad escolar. En nuestro caso, la utilización de la competición se va a realizar siempre como un medio de motivación y aprendizaje de los alumnos y nunca como el fin último a conseguir. Es decir, la importancia de la competición va a recaer en su incidencia en la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje y nunca en la consecución de resultados a corto plazo. En estas edades vamos a rechazar toda situación en la que la competición sirva como medio de discriminación y selección.
Cita: (<http://www.efdeportes.com/efd31/id1.htm>)

Los mujeres tienen derecho a competir y a divertirse, pero que la competición debe ser y estar adaptada a las edades de nuestros alumnos. Por su parte, González (2008) apunta que el niño está preocupado por mejorar sus destrezas motrices y por la competición, sugiriendo que en la programación didáctica debemos utilizar el juego competitivo como medio de introducir al niño en la resolución de problemas motrices. Por lo tanto, la competición en sí no es negativa, sino su mala interpretación y aplicación en la enseñanza. La competición será negativa cuando premiamos sólo los resultados, cuando la hacemos discriminatoria, sólo para los mejores, en definitiva, cuando la hacemos trascendente. Sin embargo, sí que

podemos utilizar la competición como medio educativo cuando no priman los resultados, cuando participan todos, cuando nos sirve como mejora del aprendizaje de nuestros alumnos/as y cuando no especializamos en edades tempranas en una sola modalidad deportiva.

Fundamentos Técnicos..- “Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento; si es en beneficio propio se conoce como Técnica Individual, y si es en beneficio del conjunto, se entiende como Técnica Colectiva” (Citado de David Montiel 2010)



“Es el proceso o conjunto de procesos que se aprenden a través de los ejercicios, los cuales permiten realizar lo más racional y económicamente posible y con una máxima eficacia de una determinada tarea de movimiento” Tomado de (Bases teóricas del Entrenamiento Deportivo” de Juan Manuel García Manso, Pág.460)

Como se puede constatar, existen muchas interrogantes, que es necesario ir a su encuentro de la mejor manera e ir fijando los términos concienzudamente no solamente bajo mi punto de vista, sino, de otros autores que con sus aportaciones al campo deportivo colaboran a tener pos conceptos más claros. El Húngaro Arpad, entiende por técnica en general: “la manera de ejecutar los movimientos posibles del deporte en cuestión”. Cada clase de deporte necesita una técnica especial y a su vez entiende a técnica futbolística como: “el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol”. La divide en dos partes: movimientos sin balón y movimientos con balón. Los movimientos sin balón son: a) el correr y cambio de dirección del futbolista, b) el salto del futbolista, c) regate del futbolista sin balón (finta).

La Técnica Individual.- “La técnica futbolística comprende el grado de capacidad de controlar el balón correctamente en cualquier situación de juego, esto significa recibir y llevar el balón, conducirlo, driblar, jugarlo y tirar a portería con seguridad” (Citado por Entrenamiento del Fútbol 2ª edición de Gerhard Zeeb pág. 11)



“La técnica en fútbol es el compendio de la técnica individual y colectiva de los componentes de un mismo equipo, en el transcurso competitivo sobre el terreno de juego, supeditados a las mismas reglas.” (Cita Vázquez Santiago “fútbol: conceptos de la técnica” pág. 15)

En síntesis la técnica individual son: “Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y jugando el balón en beneficio propio finalizando una jugada sin la intervención de otros compañeros del equipo.” (Vincent Pere).

“Es el conjunto de gestos automático que se dan como respuesta precisa, reiterada y eficaz de un jugador ante cualquier estímulo, en lucha contra el espacio-tiempo, adecuada al puesto específico.” (Vázquez Santiago “fútbol: conceptos de la técnica” pág. 15)

La Técnica Colectiva.- “Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada.”(MONTIEL David “APUNTES DE TÉCNICA” www.entrenadores.info)

“Es el máximo rendimiento de dos o más jugadores del equipo en una acción espontánea, natural del juego con el mínimo esfuerzo y desarrollada con el menor número de superficies de contacto útiles (segmento, zona del balón).” (Vázquez Santiago “fútbol: conceptos de la técnica” pág. 39)

Dentro de la concepción del juego, cada jugador tiene su función predeterminada, que constituye una pieza de la táctica de equipo y en la cual los jugadores están relacionados uno con el otro. Durante un partido, los elementos de combinación y las

variaciones tácticas pueden cambiar, pero no así las funciones fundamentales. Distinguimos los medios de la táctica ofensiva individual y colectiva.



A la edad de 16 a 18 años se imparte ya el juego metódico de ataque y defensa. A eso se prestan mejor sencillas formas de combinación de dos jugadores. Se practican aquellos elementos del juego, de los cuales los jugadores pueden escoger las más oportunas para la resolución de la situación de juego concreta y poner estos sistemática y armónicamente en práctica como elementos del juego de ataque y defensa.” (Benedek Endré “fútbol infantil” pág. 132)

Constitución de las deportistas

Definición.- La juventud es un periodo en el desarrollo biológico, psicológico, sexual y social inmediatamente posterior a la niñez y que comienza con la pubertad. Su rango de duración varía según las diferentes fuentes y opiniones médicas, científicas y psicológicas, pero generalmente se enmarca su inicio entre los 10 a 12 años, y su finalización a los 19 o 20.

Para la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el período comprendido entre los 10 y 19 años y está comprendida dentro del período de la juventud -entre los 10 y los 24 años-. La pubertad o adolescencia inicial es la primera fase, comienza normalmente a los 10 años en las niñas y a los 11 en los niños y llega hasta los 14-15 años. La adolescencia media y tardía se extiende, hasta los 19 años. A la adolescencia le sigue la juventud plena, desde los 20 hasta los 24 años.

Algunos psicólogos consideran que la adolescencia abarca hasta los 21 años³ e incluso algunos autores han extendido en estudios recientes la adolescencia a los 25 años

La juventud es, en otras palabras, la transformación del infante antes de llegar a la adultez. Se trata de un cambio de cuerpo y mente, pero que no sólo acontece en el propio adolescente, sino que también se conjuga con su entorno.

Cuando hablamos de la etapa de la adolescencia, estamos hablando de una serie fundamental de cambios tanto psicológicos como físicos. En este último aspecto hay que subrayar que los más obvios son el crecimiento en altura, el aumento de peso y de grasa corporal, la evolución de lo que es la dentición o el crecimiento de los músculos.

Características.- La mujer deportista, se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situada entre la infancia y la edad adulta. Esta transición debe considerarse un fenómeno biológico, cultural y social.

Muchas culturas difieren respecto a cuál es la edad en la que las personas llegan a ser adultas. En diversas regiones, el paso de la adolescencia a la edad adulta va unido a ceremonias y/o fiestas, como por ejemplo en el BeneiMitzvá, que se celebra a los 12 años para las niñas y 13 años para los niños (12 Años para los niños ortodoxos).⁸ Aunque no existe un consenso sobre la edad en la que termina la adolescencia, psicólogos como Erik Erikson consideran que la adolescencia abarca desde los doce o trece años hasta los veinte o veintiún años.⁹ Según Erik Erikson, este período de los 13 a los 21 años es la búsqueda de la identidad, define al individuo para toda su vida adulta quedando plenamente consolidada la personalidad a partir de los 21 años.¹⁰ Sin embargo, no puede generalizarse, ya que el final de la adolescencia depende del desarrollo psicológico, la edad exacta en que termina no es homogénea y dependerá de cada individuo etc.

Maduración Sexual.- En la adolescencia temprana y para ambos sexos, no hay gran desarrollo manifiesto de los caracteres sexuales secundarios, pero suceden cambios hormonales a nivel de la hipófisis, como el aumento en la concentración de gonadotropinas (hormona folículoestimulante) y de esteroides sexuales. Seguidamente aparecen cambios físicos, sobre todo cambios observados en la

glándula mamaria de las niñas, los cambios genitales de los varones y el vello pubiano en ambos sexos.

El primer cambio identificable en la mayoría de las niñas es la aparición del botón mamario. La adolescencia en las mujeres comienza a los 10 o 12 años. Se caracteriza por un agrandamiento en el tejido glandular por debajo de la areola, consecuencia de la acción de los estrógenos producidos por el ovario. La edad de aparición es después de los 8 años; puede ser unilateral y permanecer así por un tiempo, y casi siempre es doloroso al simple roce. Al avanzar la adolescencia, el desarrollo mamario, además de ser cuantitativo, es cualitativo: la areola se hace más oscura y más grande, y sobresale del tejido circundante, aumenta el tejido glandular, se adquiere la forma definitiva, generalmente cónica, y se desarrollan los canalículos. Puede haber crecimiento asimétrico de las mamas.

Se desarrollan las glándulas de Bartolino, aumentan las secreciones vaginales, la flora microbiana cambia (aparece el bacilo de Doderlein), la vulva sufre modificaciones en su espesor y coloración. Por último, en las mujeres que nacen con himen, éste se engrosa y su diámetro alcanza 1 cm.

La menarquia o menarca, que es la primera menstruación, aparece precedida por un flujo claro, inodoro, transparente y bacteriológicamente puro que, visto al microscopio, tiene aspecto de hojas de helecho. La menarquia tiende a presentarse a los 11 o 12 años. Se denomina pubertad precoz cuando aparece de manera anormalmente temprana (8-10 años).

Crecimiento y Desarrollo.- Desde el punto de vista práctico, los cambios habituales del crecimiento tienen tres grandes características: Se realizan en forma secuencial, es decir, unas características aparecen antes de que aparezcan otras, como es el caso del crecimiento de los senos antes de la aparición de la menstruación (o *regla* o *periodo*), el vello púbico antes que el axilar, los miembros inferiores crecen primero que el tronco, los testículos se incrementan antes que el pene, etc. El tiempo de comienzo, la magnitud y la velocidad de cada evento es considerablemente variable entre las edades y los sexos. Cada evento del crecimiento sigue la ley de la variabilidad individual del desarrollo. Cada individuo tiene una propia manera de ser

y la conserva a través de los años de la adolescencia y en el que influyen diversos factores, como su origen étnico, su constitución genética o familiar, nutrición, funcionamiento endocrino y ambiente sociocultural. Basado en ello, la evaluación de la maduración sexual suele ser más valiosa desde el punto de vista clínico que la edad cronológica, que es la correlación que por lo general preocupa a los padres y al mismo adolescente.

Cambios Físicos.-Los cambios biológicos y orgánicos durante la adolescencia marcan de modo casi definitivo el dimorfismo sexual. Estos cambios dependen en gran medida del tipo constitucional, factores genéticos y otros más circunstanciales como la nutrición o la presencia o no de determinados desbalances hormonales que no necesariamente tienen que ser patológicos. En ocasiones los adolescentes se preguntan el porqué de la diferencia en el desarrollo y la aparición de los caracteres sexuales entre unos y otros, y la respuesta puede encontrarse en cualquiera de los elementos señalados anteriormente. No obstante hay características que deben aparecer en una edad determinada, independientemente de las variables, por lo que se recomienda que ante cualquier inquietud se consulten a los especialistas en la temática.

Peso.-En las mujeres, durante la pubertad temprana, la ganancia de peso continúa siendo de 2 kg por año, pero luego experimenta una aceleración que llega a un máximo después de alcanzar el punto de velocidad máxima de crecimiento. En los varones, el peso coincide con la talla, es decir, de 100 a 200 gramos por año. El aumento del peso puberal viene a representar el 50 por ciento del peso ideal del individuo adulto.

Grasa Corporal.- La grasa corporal total aumenta en la pubertad temprana para ambos sexos. Más adelante, las mujeres depositan grasa de manera más rápida y más extensa que en los varones, con predominio en miembros superiores, tronco y parte superior del muslo. En condiciones no patológicas, en ningún momento de la pubertad se espera que las mujeres pierdan grasa, mientras que los varones en el crecimiento rápido, pierden grasa en los miembros y el tronco.

Cabeza.- La cabeza aumenta muy poco en tamaño, pero la cara se diferencia tomando aspecto de adulto, sobre todo por el reforzamiento mandibular, muy evidente en el varón y por los cambios en la nariz. Bajo las influencias de los andrógenos se establece también una diferencia en la parte anterior del cartílago tiroideos y las cuerdas vocales, que tienen el triple de longitud en los niños que en las niñas.

Crecimiento Corporal.- El crecimiento muscular es un hecho sobresaliente, especialmente mientras dura el estirón de la estatura, con predominio en el varón, sobre todo por la acción de los andrógenos, que también influyen en la adquisición de la fuerza muscular. Por supuesto, el tamaño, la fuerza y la habilidad pueden no ser diferentes en un varón y una mujer, en función de la actividad física que desarrollen. El corazón y los pulmones también participan en el estirón del adolescente, más marcadamente en los varones, en quienes aumenta la presión arterial, así como la capacidad sistólica.

Los Test de Valoración en el Fútbol.- La mejor forma de comprobar si cualquier actividad que se esté realizando va por buen camino, es buscar una forma científica de medirla, a esto lo denomina evaluación. Según lo que se quiera evaluar en el ámbito físico habrá dos grandes grupos.

Por un lado las pruebas de aptitud; que indican las condiciones generales que posee un individuo para realizar cualquier actividad física básica del individuo. Y por otro las pruebas de rendimiento específico o deportivo; las cuales indican el nivel del individuo en un deporte o exigencia determinada.

Existen diferentes formas de evaluar, se puede considerar una evaluación subjetiva; cuando el profesor-entrenador solo tiene en cuenta su opinión

Ficha Médica.- Es un instrumento para controlar el estado de salud. Los resultados permiten conocer el estado óptimo de cada sujeto y con ello, facilitar la labor de los profesores de educación física, arrojando resultados cualitativos y cuantitativos referentes a la salud física.

“Es la toma de datos con la problemática específica de cada persona, de acuerdo con su sexo, edad, constitución, horas de sueño, horario de comidas, hábitos alimenticios, etc. En el caso de la mujer, es importante conocer las características del ciclo menstrual y su posible incidencia en su rendimiento físico deportivo. A estos datos se añade la historia de las enfermedades padecidas y la tendencia del individuo a ciertos tipos de patologías, tales como anginas, resfriados, reacciones alérgicas, etc.

Estos servirán de base para que, posteriormente, de acuerdo con los resultados de la valoración, el médico pueda aconsejar al profesor de Educación Física o al entrenador las precauciones y recomendaciones para orientar su trabajo. Todo esto es importante para preservar y asegurar su estado de salud” Cita Navarro Fabián (Metodología del Entrenamiento Deportivo 2010)

e. MATERIALES Y MÉTODOS

MATERIALES.

En el cumplimiento de la investigación se utilizaron los siguientes materiales: Papelería, matrices de instrumentos, borradores, computador, CD, impresora y flash memory, e implementos deportivos como: balones de fútbol, conos, silbatos, chalecos y estacas.

MÉTODOS

El presente estudio fue de tipo **descriptivo - cualitativo**, porque tuvo la finalidad de evaluar cómo incide la planificación para el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el Cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, período 2014, para lo cual se aplicó la valoración y recomendaciones para elevar la participación del fútbol femenino competitivo en esta localidad.

También la presente investigación fue de tipo **demostrativa – explicativa**, ya que se demostró mediante la aplicación de un proceso planificado una mejor participación del fútbol femenino competitivo; por lo tanto, también fue **descriptiva**, ya que permitió orientar a mejorar el desarrollo y competencia del fútbol femenino a través de procesos de planificación adecuados y de masificación

Los métodos a utilizarse fueron los siguientes.

El Método Científico.- permitió profundizar y señalar el procedimiento y el tratamiento de los problemas en relación a la problemática investigada, en este caso, la planificación y desarrollo del fútbol femenino competitivo, se lo utilizó en la selección de la bibliografía nacional y extranjera para la elaboración y planificación de los contenidos del fútbol femenino.

El Método Inductivo - Deductivo.- facilitó inferir criterios y llegar a organizar la problemática general del investigación partiendo de las relaciones y circunstancias individuales. El método deductivo nos ayudó a extraer principios, leyes, normas generales aplicables y sustentables a la investigación, lo que se llegó a establecer las conclusiones particulares y recomendaciones de la investigación.

El Método Analítico - Sintético.- consistió en establecer las relaciones entre los distintos objetos, agrupándolos en una unidad completa; esto implicó llegar a vislumbrar la esencia del todo, conocer sus aspectos y relaciones básicas en una perspectiva de totalidad, lo que apoyó al cumplimiento de los objetivos e inferir conclusiones finales.

El Método Hipotético.- ayudó fundamentalmente en el planteamiento y verificación de las hipótesis, la cual fue desarrollada y contrastada con la información empírica que se recopiló. Con toda la información básica que se obtuvo se procedió a su ordenamiento, clasificación y organización siguiendo una secuencia lógica y racional.

El Método Descriptivo.- facilitó el análisis e interpretación de los resultados del trabajo de campo que se desarrolló durante todo el proceso de investigación y desarrollo de la propuesta, para luego realizar la presentación en gráficos, cuadros, porcentajes los mismos que sirvieron para la interpretación cuantitativa y cualitativa, permitiendo tomar las decisiones más objetivas que facilitó contrastar las hipótesis planteadas.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Las técnicas que se aplicaron fueron :

La encuesta.- fue la técnica de recolección por medio de preguntas cuyas respuestas fueron escritas las mismas que permitieron conocer de manera directa y clara la información acerca de la factibilidad de los objetivos y el plan de actividades. Se lo aplicó a entrenadores de fútbol y deportistas de fútbol femenino de la ciudad de Yantzaza.

La Observación.- consistió en la percepción directa del fenómeno de estudio. Esta técnica permitió vincularnos directamente con la realidad existente acerca de la implementación de la aplicación de la planificación para mejorar el desarrollo del

fútbol femenino; se operativizó a través de seis observaciones a clases de fútbol femenino, en horas y días diferentes.

Test de Habilidades del Fútbol.- instrumento que a través de una lista de control se registró el resultados de logro y desarrollo de los procesos técnicos metodológicos que se operativizan en la formación y consolidación del fútbol femenino, fueron aplicados de acuerdo a la planificación de enseñanza del fútbol femenino, en los meses de noviembre y diciembre del 2014. Los test fueron los siguientes: Test de recepción del balón, test del pase, test de conducción del balón, test de la finta y el test de tiro a distancia.

POBLACIÓN

Para que sea la investigación sea objetiva, se trabajó con la totalidad de la población de las deportistas activas mujeres entre 16 a 18 años que corresponden a 25 señoritas; en el caso de los entrenadores de fútbol, participaron los seis entrenadores de fútbol femenino del cantón Yantzaza de la Provincia de Zamora Chinchipe.

f. RESULTADOS

ENCUESTA APLICADA A LOS ENTRENADORES Y DEPORTISTAS DE FÚTBOL FEMENINO DE LA CIUDAD DE YANTZAZA

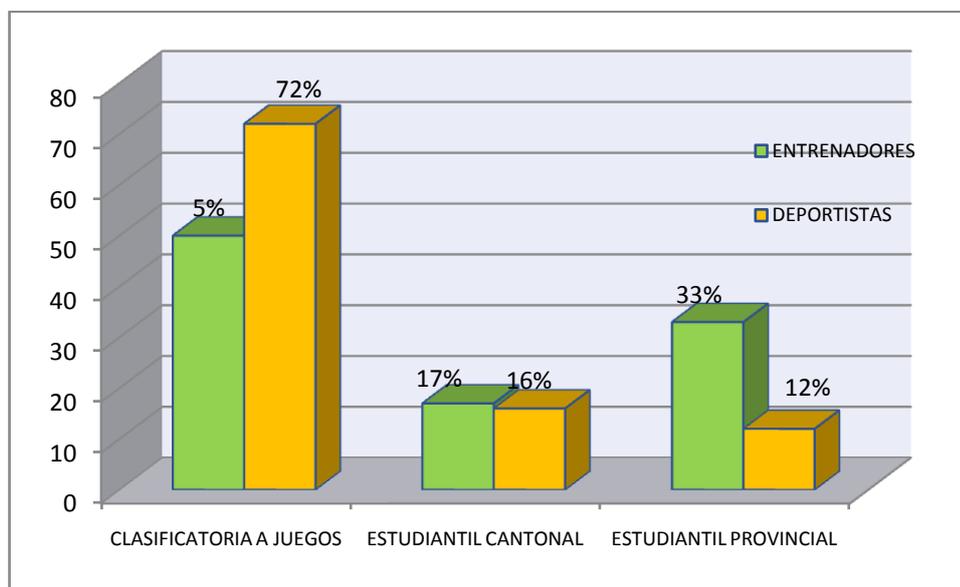
TABLA N°1

PLANIFICA EN BASE A LA COMPETENCIA A PARTICIPAR

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%
SI	3	50	18	72
NO	1	17	4	16
EN PARTE	2	33	3	12
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.- La planificación se define como la acción y resultado de planificar, entendiendo que planificar es someter a un plan estudiado cierta actividad o proceso, que en este caso es la dirección y preparación de un equipo de fútbol. La planificación en el fútbol es el análisis previo de todos aquellos factores objetivos y subjetivos, internos y externos, que pueden influir en el resultado de una actividad.

Los entrenadores el 50% opinaron que la planificación que vienen desarrollando si lo realiza en base a la competencia que van a participar; a diferencia del 17% que informaron que no; en parte el 33%; en el caso de las deportistas, el 73% respondieron que se planifica de acuerdo a la competencia que se va a participar, un

16% que no y el 12% que en parte planifica con ese objetivo.

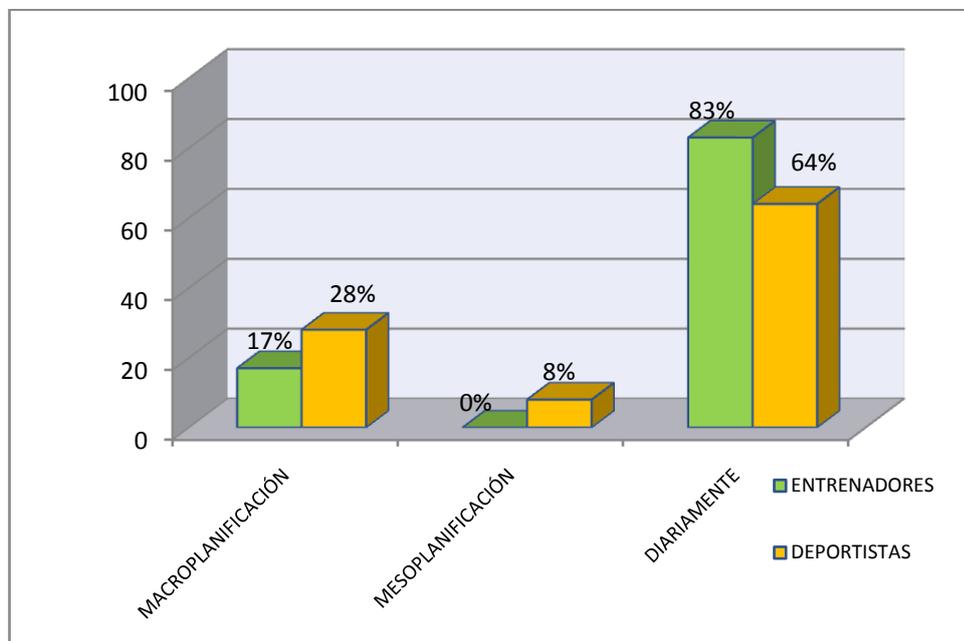
De acuerdo a esta información la planificación de entrenamiento del fútbol que se viene desarrollando se la realiza en base a la competencia que van a participar, para ello establecen cronogramas de entrenamiento y participación.

TABLA N°2
LA PLANIFICACIÓN LA REALIZA CON ANTICIPACIÓN

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
MACROPLANIFICACIÓN	1	17	7	28
MESOPLANIFICACIÓN	0	0	2	8
DIARIAMENTE	5	83	16	64
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.- Dentro de la planificación entrenamiento del futbolista, un aspecto clave a abordar es su planificación. Al igual que otros contenidos del entrenamiento, las fuentes de las que parten los modelos tradicionales de planificación son los deportes individuales. Sin embargo, algunas propuestas actuales parten de los

conceptos de complejidad y del pensamiento sistémico mencionados, mucho más adecuados a las características de los deportes colectivos.

De acuerdo a los resultados que anteceden, el 17% de los entrenadores, respondieron que realiza la macro planificación con anticipación, un 83% realiza con anticipación diariamente; meso planificación no tuvo respuesta alguna; en cambio las deportistas el 28% que realizan la macro planificación, el 8% la meso planificación y un 54% indicaron que realizan la planificación diariamente.

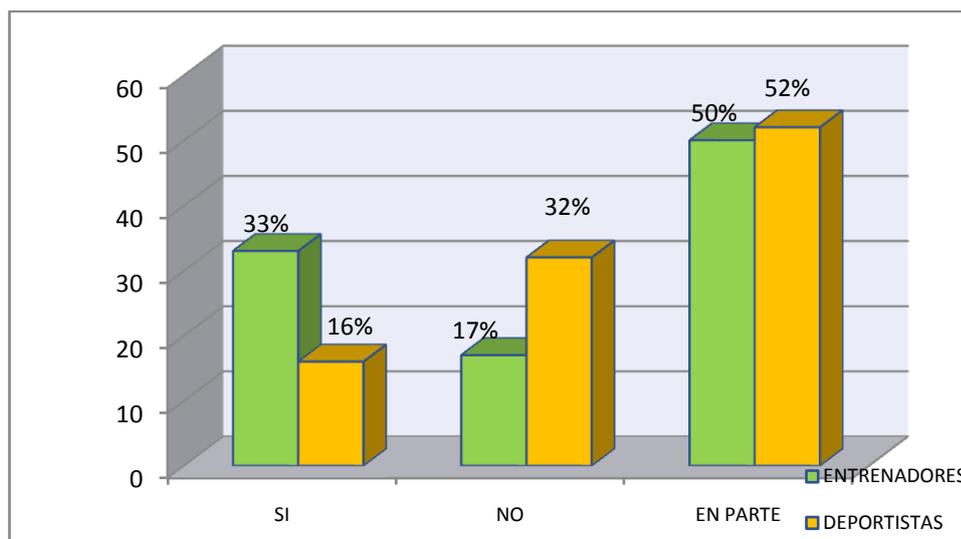
Se puede deducir que la planificación que se viene realizando en el entrenamiento del fútbol femenino es diariamente, ya que ésta permite cumplir con los objetivos del entrenamiento y la dosificación de la dirección del entrenamiento, su periodización y la enseñanza de los fundamentos técnicos tácticos del fútbol..

TABLA N°3
LOS OBJETIVOS CONTRINUYE EL DESARROLLO DEL FÚTBOL
FEMENINO

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
SI	2	33	4	16
NO	1	17	8	32
EN PARTE	3	50	13	52
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.- El objetivo principal del entrenamiento del fútbol, es hacer evolucionar las capacidades técnico-tácticas y físico-fisiológicas y psicológicas-volitivas, así como controlar y valorar todos los factores que pueden resultar determinantes en el desarrollo de éstos en el deportista durante el proceso de preparación previo a la hora de afrontar la competencia.

Del total de los entrenadores investigados, el 33% señalan que los objetivos que planifican si contribuyen para el desarrollo del fútbol femeninos, a diferencia del 17% que respondieron en forma negativa, en parte el 50%; en el caso de las deportistas, un 16% señalaron que los objetivos si contribuyen al desarrollo del fútbol femenino, el 32% que no contribuye y el 52% que n parte contribuye a este fin y objetivos.

Información que permite inducir que la planificación de objetivos que se vienen desarrollando en parte les permite el desarrollo del fútbol femenino, entre las razones más relevantes se tiene por la falta de torneos, escasa infraestructura para el entrenamiento y competencia, no existe motivación para conformar más clubes de fútbol femenino, ya que la mayor incidencia tienen las instituciones educativas del cantón Yantzaza.

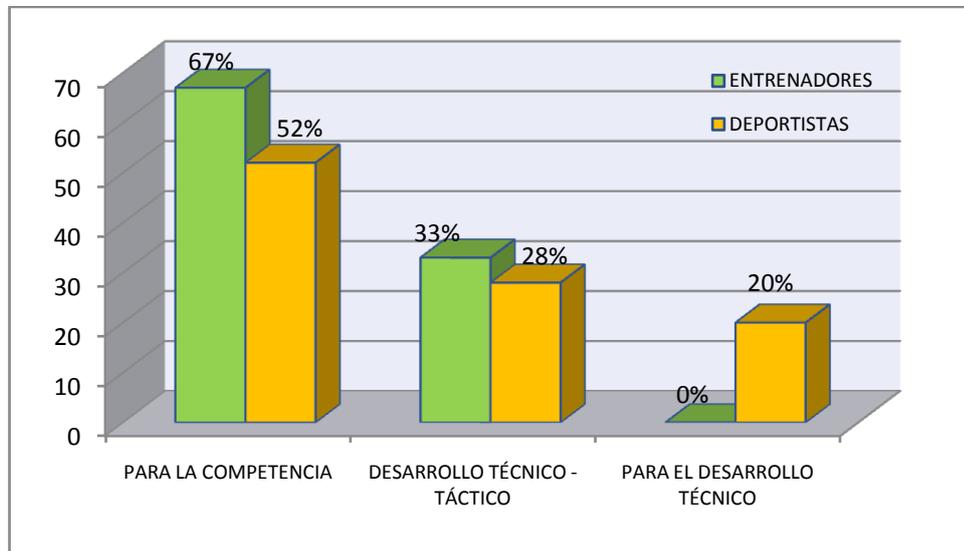
TABLA N°4

TIPO DE OBJETIVO QUE PARA EL ENTRENAMIENTO SON:

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
PARA LA COMPETENCIA	4	67	13	52
DESARROLLO TÉCNICO - TÁCTICO	2	33	7	28
PARA EL DESARROLLO TÉCNICO	0	0	5	20
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.-Podemos hablar que el objetivo fundamental el entrenamiento es genera fatiga en el organismo sobre el cual se aplica la carga estresante, un fatiga controlada, pero que genere un estado de alerta interna, se produzca una ruptura del equilibrio interno funcional, y el propio organismo a corto plazo trate de restablecer las condiciones iniciales por medio de la movilización de las reservas energéticas, este fenómeno se conoce como SGA... Síndrome General de Adaptación

De la tabla que antecede, se deduce que el 67% de los entrenadores el tipo de objetivo del entrenamiento es para la competencia; un 33% para el desarrollo técnico – táctico; para el desarrollo técnico no tuvo respuesta alguna; en el caso de las deportistas un 52% de ellas opinan que lo realizan para la competencia, el 28% para el desarrollo técnico – táctico, el 20% únicamente lo planifica para el desarrollo técnico.

Se puede deducir que a criterio de entrenadores y deportistas el tipo de objetivo que se viene cumpliendo en el entrenamiento del fútbol, femenino es la preparación para la competencia que se realiza en la ciudad de Yantzaza.

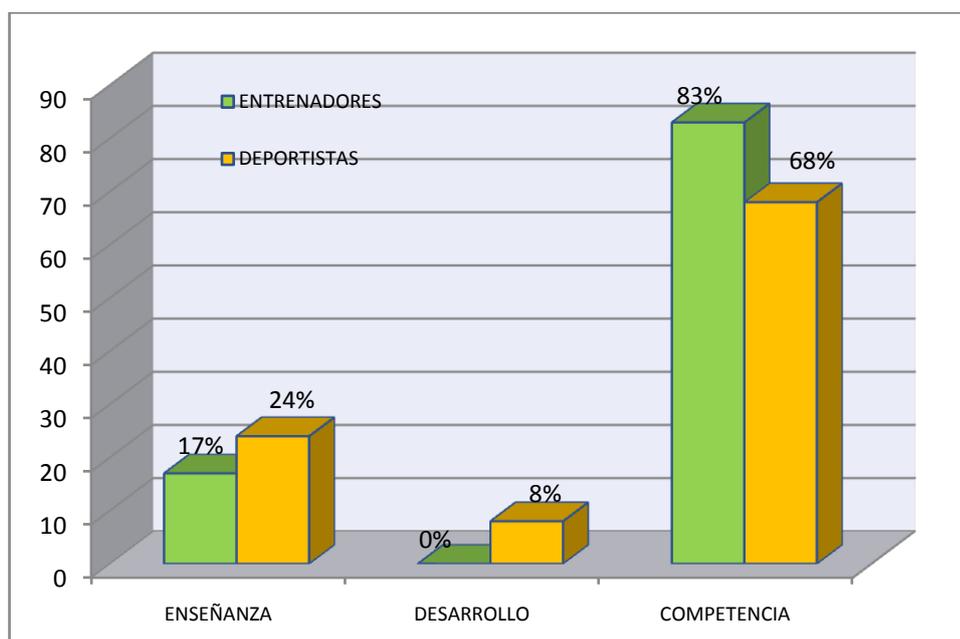
TABLA N°5

ORIENTACIÓN DE LA PLANIFICACIÓN

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
ENSEÑANZA	1	17	6	24
DESARROLLO	0	0	2	8
COMPETENCIA	5	83	17	68
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.-Actualmente se presenta notable desacuerdo en relación con la planificación de la orientación del entrenamiento, ya que esta se debe realizar de acuerdo a los objetivos como de enseñanza. Desarrollo deportivo y competencia deportiva.

De la tabla que antecede, el 17% de los encuestados consideran que la orientación de

la planificación que realiza lo hace para la enseñanza, un 83% para la competencia, la alternativa desarrollo no tuvo respuesta alguna; en cambio, el 24% de las deportistas la orientación de la planificación es para la enseñanza, un 8% para el desarrollo y el 68% planifica para la competencia.

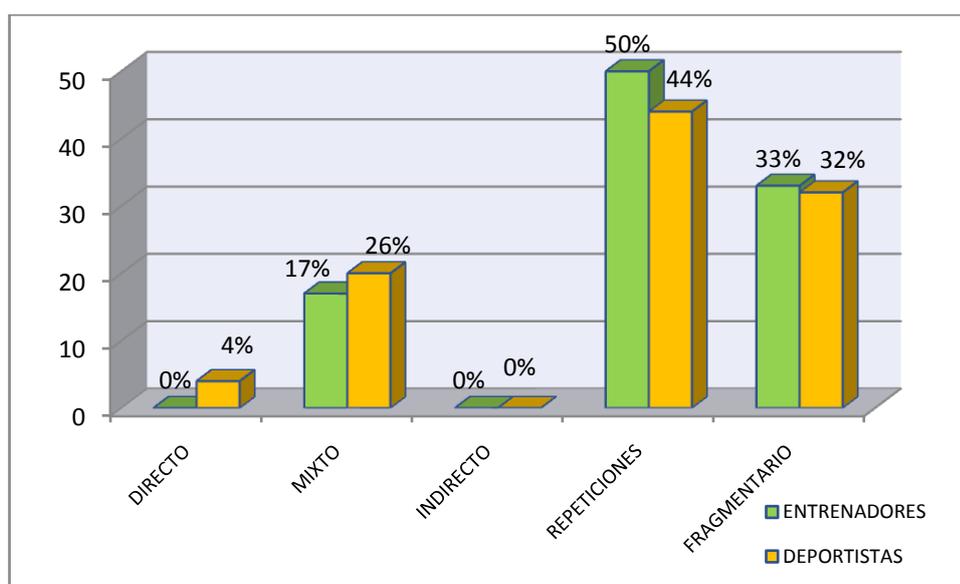
De acuerdo a esta información los entrenadores y deportistas señalan que a través de un proceso planificación del fútbol lo hace orientado a la competencia deportiva, por lo tanto se confirma que los entrenadores planifican diariamente con esta finalidad.

TABLA N°6
MÉTODOS QUE UTILIZA EN LA PREPARACIÓN

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
DIRECTO	0	0	1	4
MIXTO	1	17	5	20
INDIRECTO	0	0	0	0
REPETICIONES	3	50	11	44
FRAGMENTARIO	2	33	8	32
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.-La metodología de la consolidación del fútbol femenino consiste en las reglas que deben cumplirse dentro de la organización en la práctica de este deporte; en sí son herramientas que permiten formar a las deportistas a través de procesos y métodos de organización y planificación adecuadas a las características de las adolescentes.

Del total de los entrenadores el 17% señalaron que el método que planifica es el método directo, un 50% el método de repeticiones y el 33% utiliza el método fragmentario, las alternativas métodos directo e indirecto no tuvo respuesta alguna; en el caso de las deportistas, un 4% opinan que utilizan el método directo, mixto el 20%, 44% el método de las repeticiones, un 32% el fragmentario, la alternativa método indirecto no tuvo respuesta por las deportistas.

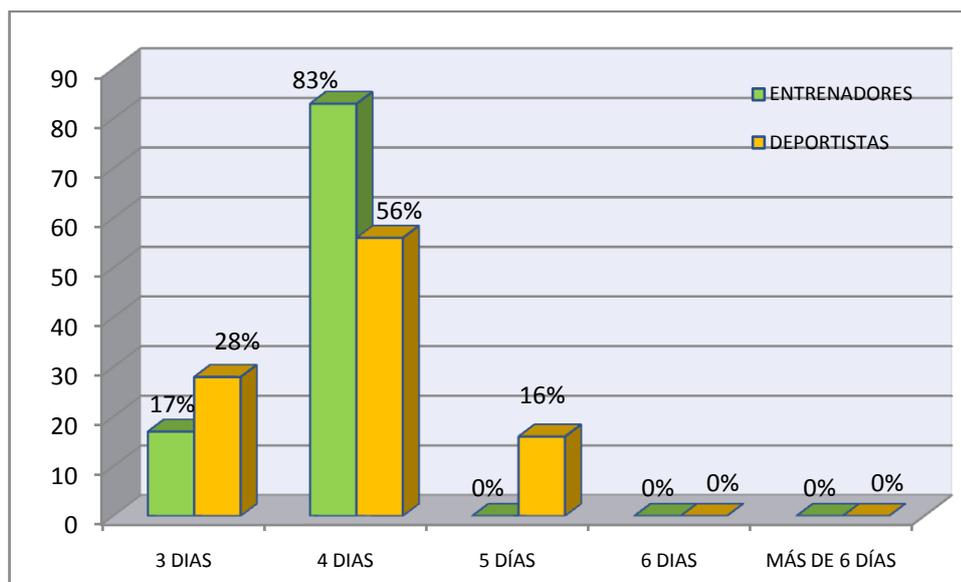
De acuerdo a esta información la metodología que vienen utilizando para el entrenamiento del fútbol femenino es el método de las repeticiones y fragmentario, el primario que consiste en el método de intervalo de una repetida sucesión de cambios entre las fases de esfuerzo y las fases de recuperación activa durante una sesión de entrenamiento; el fragmentario consiste en la enseñanza parte por parte de los fundamentos del fútbol femenino.

TABLA N°7
DÍAS DE ENTRENAMIENTO A LA SEMANA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
3 DIAS	1	17	7	28
4 DIAS	5	83	14	56
5 DÍAS	0	0	4	16
6 DIAS	0	0	0	0
MÁS DE 6 DÍAS	0	0	0	0
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.- los días de entrenamiento, es la forma de organizar el entrenamiento de la deportista en un tiempo determinado, estructurando el mismo en períodos de trabajo que corresponden con las fases de desarrollo.El entrenamiento lo debemos estructurar en períodos por dos razones fundamentales.Las limitaciones biológicas de la deportista no le permiten mantener la forma Deportiva por mucho tiempo, los cambios en la estructura del entrenamiento y el contenido de las mismas garantizan el perfeccionamiento deportivo, un nuevo y superior escalón en el desarrollo del futbolista que se lo periodiza en el tiempo de entrenamiento semanal.

El 17% de los entrenadores opinaron que realizan el entrenamiento en tres días; un 83% lo hace en cuatro días a la semana, cinco, seis y más de seis días no tuvieron respuesta alguna; en el caso de las deportistas el 28% indicaron que entrenan tres días a la semana, el 56% respondieron en cuatro días, y cinco días un 16%, los seis y más de seis días no tuvieron respuesta por las deportistas.

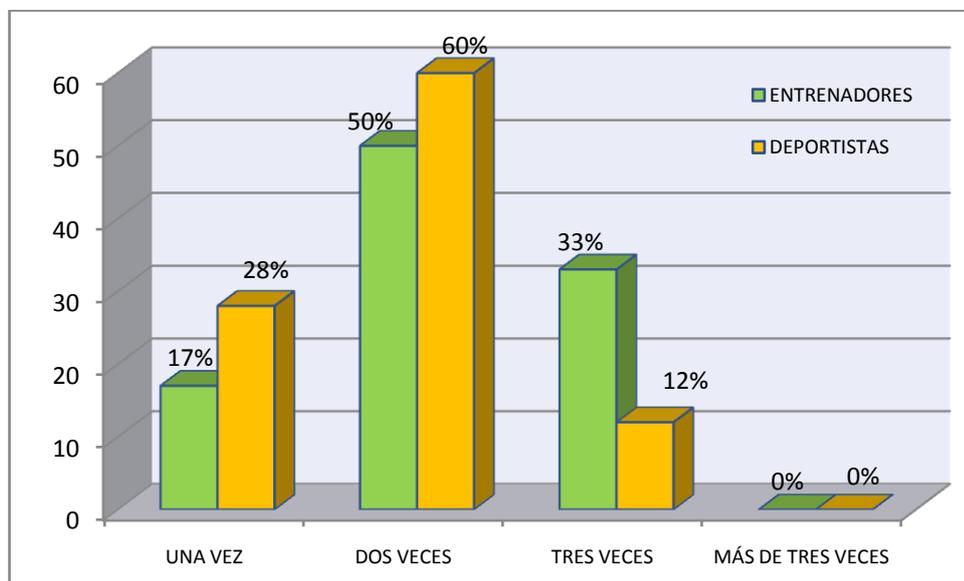
Se determina que se viene entrenando en cuatro días a la semana lo que no permite cumplir con la planificación diseñada, ya que existe limitaciones en las deportistas para asistir a estas prácticas, en el caso de las deportistas de las instituciones educativas son la que realizan sus prácticas con mayor regularidad.

TABLA N°8
COMPETENCIAS AL AÑO QUE PARTICIPA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
UNA VEZ	1	17	7	28
DOS VECES	3	50	15	60
TRES VECES	2	33	3	12
MÁS DE TRES VECES	0	0	0	0
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.-Una competición es la práctica de un juego que tiene como resultado una clasificación de los participantes, ganadores y algún tipo de reconocimiento para los mejores, tal como un trofeo, premio económico o título, en función del cumplimiento de un objetivo.

El 17% de los entrenadores informaron que participa una vez al año en competencia de fútbol femenino, el 50% dos veces al año; 33% tres veces al año; más de tres veces al año no tuvo respuesta alguna; en cambio el 29% de las deportistas compiten una vez al año, 60% dos veces al año, 12% lo ha realizado tres veces al año; la alternativa más de tres veces no tuvo respuesta por parte de las deportistas.

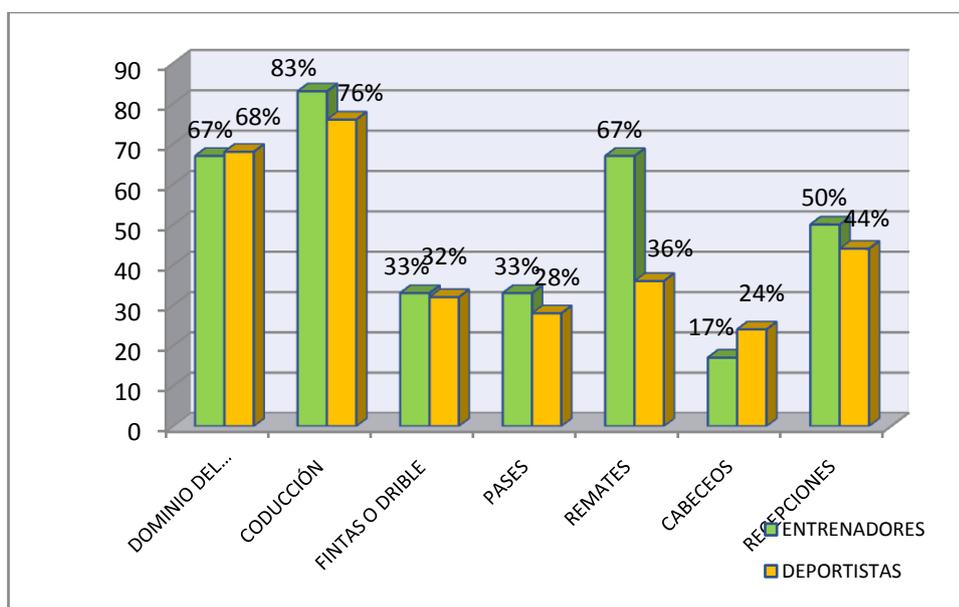
Se determina que las competencias que se realizan en la ciudad de Yantzazaes de dos veces al año, ya que no existen más eventos de participación competitiva del fútbol femenino, la de mayor participación es la Federación Deportiva Estudiantil.

TABLA N°9
HABILIDADES BÁSICAS QUE DESARROLLA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	f	%	f	%
DOMINIO DEL BALÓN	4	67	17	68
CODUCCIÓN	5	83	19	76
FINTAS O DRIBLE	2	33	8	32
PASES	2	33	7	28
REMATES	4	67	9	36
CABECEOS	1	17	6	24
RECEPCIONES	3	50	11	44

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.-Los equipos de fútbol que realizan un juego de campeonato utilizan las mismas habilidades fundamentales que los niños pequeños que están aprendiendo a jugar por primera vez. La mayoría de las habilidades requieren que los jugadores entiendan las técnicas básicas del control del balón, ya sea utilizando el pie, la rodilla o la cabeza. Los porteros también tienen que aprender a controlar el balón con las manos.

El 67% de los entrenadores señalan que las habilidades básicas del fútbol que desarrollan es el dominio del balón, 83% conducción, 33% las fintas o drible, otro 33% los pases, remates un 67% y el 50% las recepciones; las deportistas en un 68% respondieron que las habilidades que desarrollan fue el dominio del balón, 76% conducción, fintas o drible el 32%, los pases un 28% , 36% remates, el 24% los cabeceos y el 44% las recepciones.

En conclusión se determina que las habilidades que se desarrollan en el entrenamiento del fútbol femenino en la ciudad de Yantzaza es el dominio del balón, conducción y las recepciones.

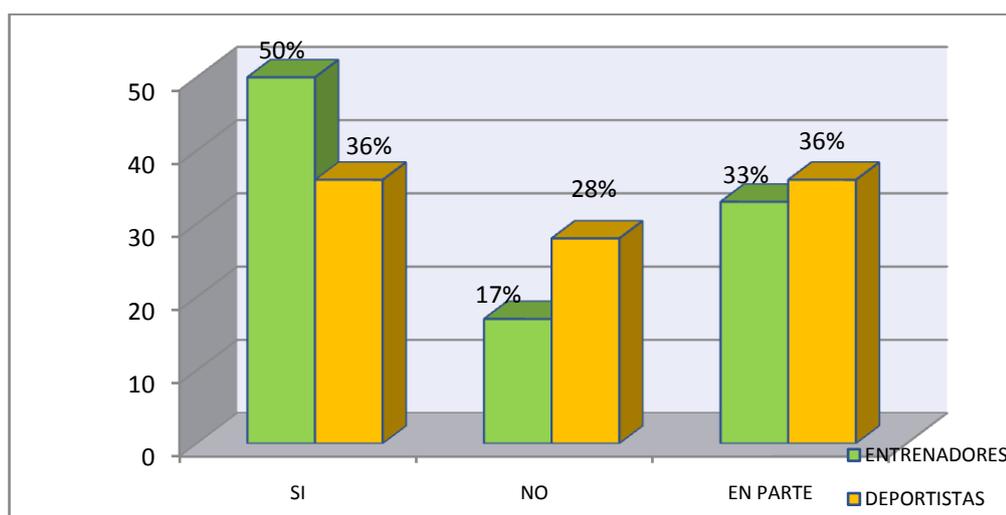
TABLA N°10

LAS COMPETENCIAS SON SUFICIENTES PARA EL DESARROLLO DEL FÚTBOL FEMENINO

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
SI	3	50	9	36
NO	1	17	7	28
EN PARTE	2	33	9	36
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y Deportistas de Fútbol Femenino. Diciembre 2014

ELABORACIÓN: Yadira .T Velásquez Castillo



ANÁLISIS.-El significado de la palabra competencia (del latín *competentia*) tiene dos grandes vertientes: por un lado, hace referencia al enfrentamiento o a la contienda que llevan a cabo dos o más sujetos respecto a algo.

De acuerdo a los resultados que anteceden, el 50% de los entrenadores sostienen que las competencias que se viene realizando si son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino; un 17% señalaron que no y el 33% en parte; en las deportistas el 36% indicaron que las competencias si son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino, 28% que no y en parte respondieron el 36%.

Se determina que las pocas competencias que se realizan del fútbol femenino en la ciudad de Yantzaza no son suficientes para el desarrollo de este deporte, ya que se la realiza hasta dos competencias al año.

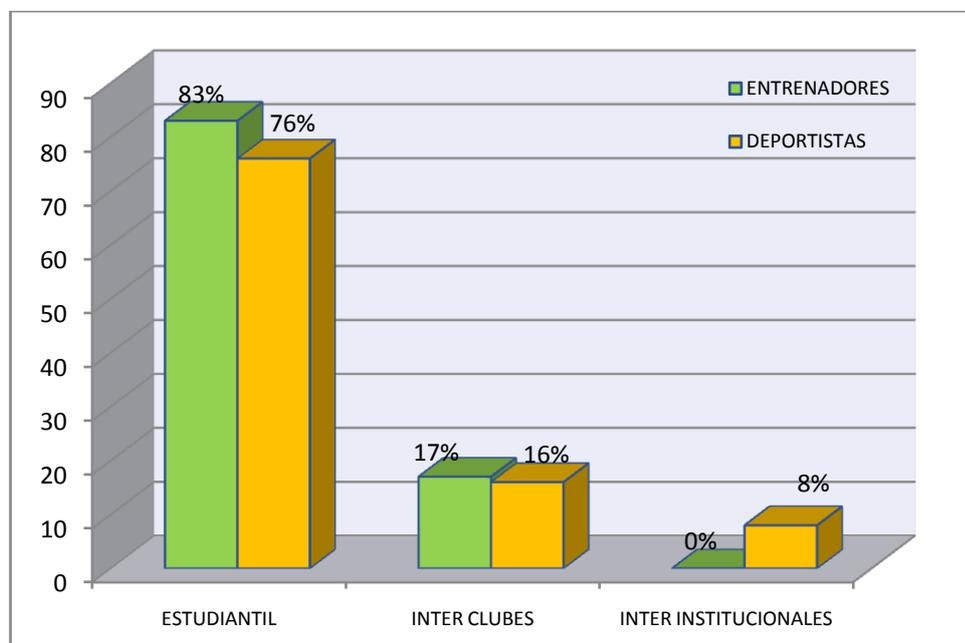
TABLA N°11

TIPO DE COMPETENCIA QUE PARTICIPA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
ESTUDIANTIL	5	83	19	76
INTER CLUBES	1	17	4	16
INTER INSTITUCIONALES	0	0	2	8
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.- La competitividad se comienza a desarrollar junto con la aparición de la adolescencia, lo cual complica su desarrollo. En esta etapa de búsqueda de identidad, los jóvenes comienzan a verse expuestos a situaciones de riesgo: violencia,

alcohol, drogas, despertar sexual, etc., a la vez que tratan de encajar y sentirse aceptados.

Del total de los entrenadores investigados, el 83% participan en la competencia estudiantil, el 17% en inter clubes, la alternativa inter instituciones no tuvo respuesta alguna; las deportistas el 76% han participado en competencias estudiantiles, un 16% inter clubes y el 8% en eventos instituciones.

Se deduce de acuerdo a los resultados, que el tipo de competencia de fútbol femenino que se realiza en la ciudad de Yantzaza es a nivel estudiantil, la misma que esta regentada por Federación Deportiva Estudiantil, en la cual brinda oportunidades a las señoritas deportistas a demostrar y desarrollar las habilidades del fútbol.

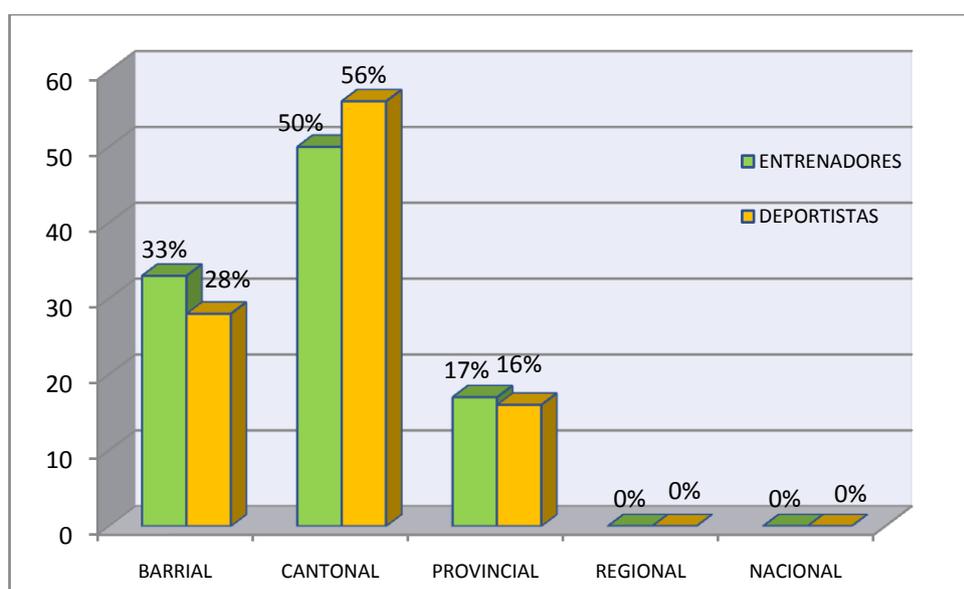
TABLA N°12

ÁMBITO DE LO COMPETENCIA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
BARRIAL	2	33	7	28
CANTONAL	3	50	14	56
PROVINCIAL	1	17	4	16
REGIONAL	0	0	0	0
NACIONAL	0	0	0	0
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.-El fútbol hoy en día mueve el interés de millones de personas alrededor del mundo, así como muchos millones de dólares; se vuelve cada vez más competitivo y duro. Esta competitividad muchas veces es trasladada innecesariamente a los deportistas de los colegios haciendo parecer la práctica deportiva una guerra cuando su fin es justamente recrear, divertir, formar lazos de amistad, compañerismo, formar una moral e instaurar valores.

El 33% de los entrenadores señalaron que participan en competencias barriales, el 50% inter cantonal, 17% competencias en el ámbito provincial; a diferencia de las deportista el 28% participan en competencia barriales, el 56% a nivel cantonal, un 16% en competencias inter provinciales; las alternativas regional y nacional no tuvieron respuesta por parte de los entrenadores y deportistas.

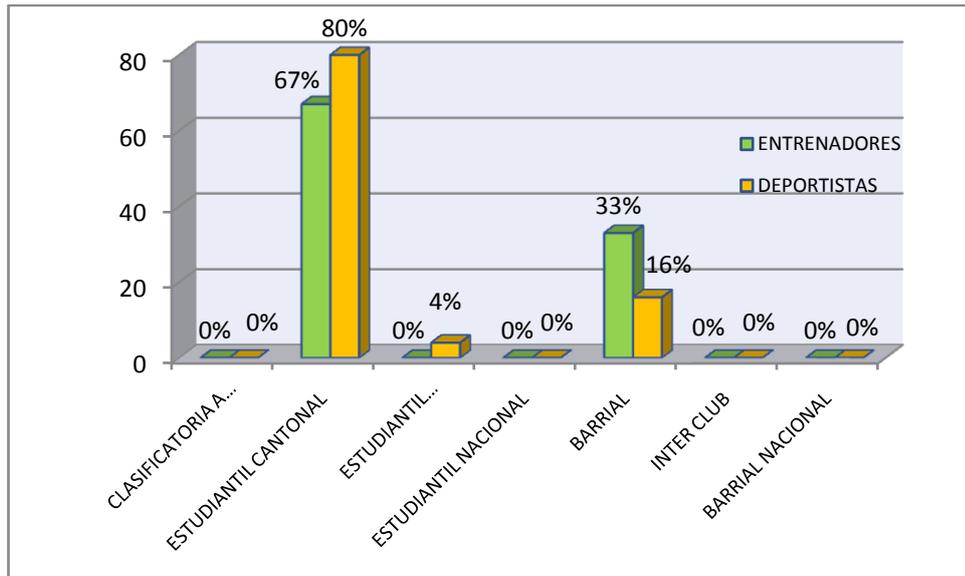
En conclusión se deduce que las competencias que se vienen realizando en la ciudad de Yantzaza son en el ámbito barrial y cantonal, lo que no han tenido oportunidades a participar en eventos clasificatorios nacionales, ya que este cantón cuenta con deportistas de buenas condiciones técnicas para jugar al fútbol femenino.

TABLA N°13
PROPÓSITO DE LA COMPETENCIA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	f	%	f	%
CLASIFICATORIA A JUEGOS	0	0	0	0
ESTUDIANTIL CANTONAL	4	67	20	80
ESTUDIANTIL PROVINCIAL	0	0	1	4
ESTUDIANTIL NACIONAL	0	0	0	0
BARRIAL	2	33	4	16
INTER CLUB	0	0	0	0
BARRIAL NACIONAL	0	0	0	0
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.-Se puede competir en varios ámbitos, con uno mismo superando sus propias marcas, o las de otros deportistas, se puede competir individualmente o grupalmente agresiva o naturalmente, súbitamente o progresivamente. Ya sea en un caso o en otro existe en la competencia un innato impulso a la superación, estos eventos son locales, nacionales, regionales y mundiales.

El 67% de los entrenadores informaron que el propósito de la competencia que ha participado ha sido estudiantil cantonal, el 33% a nivel barrial; las deportistas el 80% han participado a nivel estudiantil cantonal, un 4% estudiantil provincial y el 16% barrial, las alternativas inter club, clasificatoria a juegos y barrial nacional no tuvieron respuesta alguna.

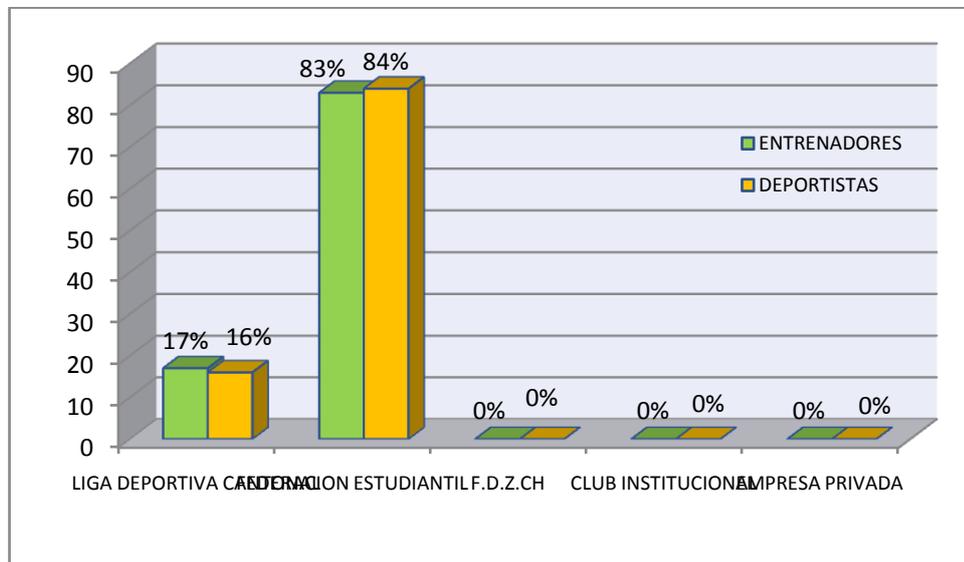
Se deduce que el propósito de la competencia a nivel de fútbol femenino que se viene realizando en la ciudad de Yantzaza es de tipo estudiantil y cantonal, lo que permite confirmar que las únicas competencias que se realiza en este cantón es organizada por Federación Deportiva Estudiantil de Zamora Chinchipe.

TABLA N°14
INSTITUCIÓN QUE ORGANIZA LAS COMPETENCIAS

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	f	%	f	%
LIGA DEPORTIVA CANTONAL	1	17	4	16
FEDERACION ESTUDIANTIL	5	83	21	84
F.D.Z.CH	0	0	0	0
CLUB INSTITUCIONAL	0	0	0	0
EMPRESA PRIVADA	0	0	0	0
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.-Las instituciones deportivas, son organizaciones deportivas los clubes deportivos y demás entidades integradas a partir de éstos, con personería jurídica de derecho privado, sin fines de lucro y que tienen por objeto procurar su desarrollo, coordinarlos, representarlos ante autoridades y ante organizaciones deportivas nacionales e internacionales.

El 17% de los entrenadores, respondieron que la institución organizadora de las competencias de fútbol femenino es la Liga Deportiva Cantonal de Yantzaza, el 83% cita a Federación Deportiva Estudiantil; el 16% de las deportistas señalaron que la institución organizadora es Liga Deportiva Cantonal, un 84% que lo realiza Federación Deportiva Estudiantil, las alternativas F.D.Z.CH, club institucional y empresa privada no tuvieron respuesta alguna.

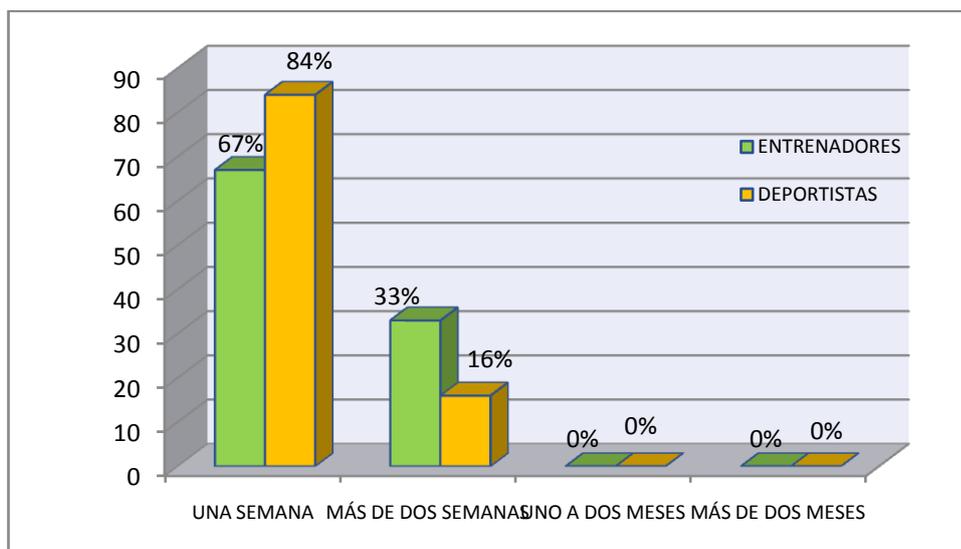
Se determina que la institución organizadora de torneos de fútbol femenino es Federación Deportiva Estudiantil de Yantzaza, la misma que realiza estos eventos a nivel cantonal, la misma que tiene una aceptable aceptación por parte de las deportistas a nivel estudiantil.

TABLA N°15
TIEMPO DE DURACIÓN DE LA COMPETENCIA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES		DEPORTISTAS	
	<i>f</i>	%		
UNA SEMANA	4	67	21	84
MÁS DE DOS SEMANAS	2	33	4	16
UNO A DOS MESES	0	0	0	0
MÁS DE DOS MESES	0	0	0	0
TOTAL	6	100	25	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo2014



ANÁLISIS.-El tiempo de competencia está determinado por el sistema de Clasificación de los campeonatos. No solamente por su duración se pueden clasificar los campeonatos, ya que la elección de un tipo u otro depende también de la actividad en que se quiere competir, de las instalaciones, personal y dinero que se disponga, del propósito del mismo, etc.

El 67% de los entrenadores informaron que el tiempo de duración de la competencia es de una semana, el 33% son más de dos semanas; las deportistas el 84% indicaron

que las competencias tienen una duración de una semana, el 16% más de dos semanas, las alternativas uno a dos meses y más de dos meses no tuvieron respuesta alguna.

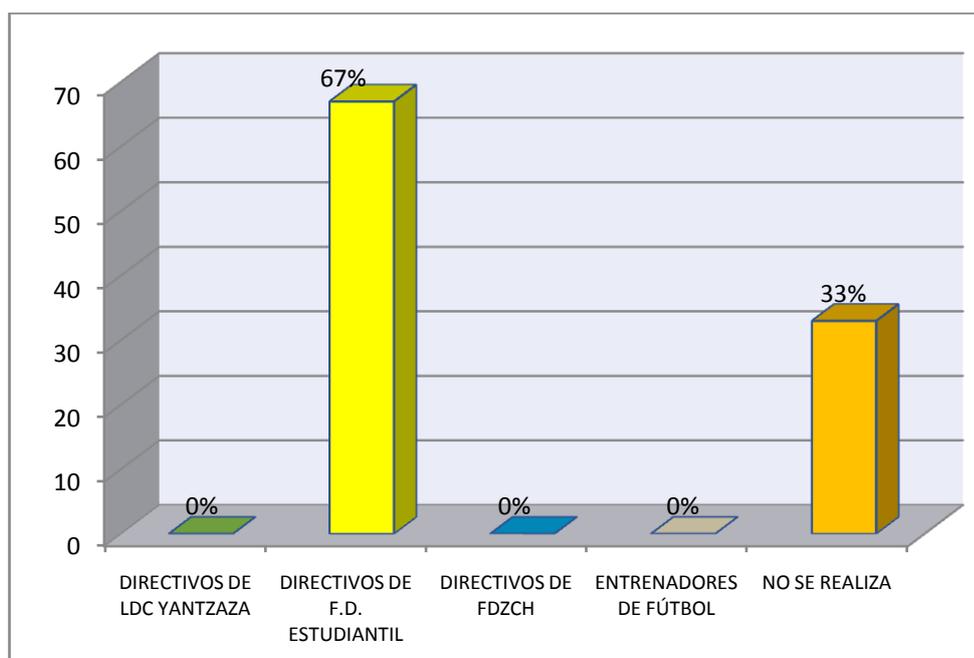
Se determina que el tiempo de duración de la competencia de fútbol femenino que se realizan en la ciudad de Yantzaza tiene una duración de una semana, por lo que se hace necesario que los eventos en este deporte tengan una mayor duración de competencia.

TABLA N°16
QUIÉN REALIZA LA EVALUACIÓN DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA

ALTERNATIVAS	ENTRENADORES	
	f	%
DIRECTIVOS DE LDC YANTZAZA	0	0
DIRECTIVOS DE F.D. ESTUDIANTIL	4	67
DIRECTIVOS DE FDZCH	0	0
ENTRENADORES DE FÚTBOL	0	0
NO SE REALIZA	2	33
TOTAL	6	100

FUENTE: Encuesta a Entrenadores y deportistas de Fútbol Femenino.

AUTORA: Yadira .T. Velásquez Castillo 2014



ANÁLISIS.-La evaluación de la práctica deportiva, es un proceso que identifica, capta y aporta la información que apoya la toma de decisiones y retroalimenta a los responsables y participantes de los planteamientos, acciones o resultados del programa al que se aplica. Permite mediante valoraciones y análisis, la comparación de los distintos elementos del programa con parámetros o puntos de referencia previamente determinados para la integración del acervo de información útil en cada momento a la toma de decisiones.

El 67% de los entrenadores señalaron que la institución que realiza la evaluación de desarrollo de la competencia de fútbol femenino son los directivos de Federación Deportiva Estudiantil; el 33% indicaron que no se realiza esta evaluación, las alternativas directivos de Liga Deportiva Cantonal de Yantzaza, Federación Deportiva de Zamora Chinchipe y entrenadores de fútbol no tuvieron respuesta alguna.

En conclusión, se deduce que los que organizan y realizan la evaluación de la competencia del fútbol femenino en la ciudad de Yantzaza es Federación Deportiva Estudiantil de este cantón.

RESULTADOS DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN AL PROCESO DE PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO

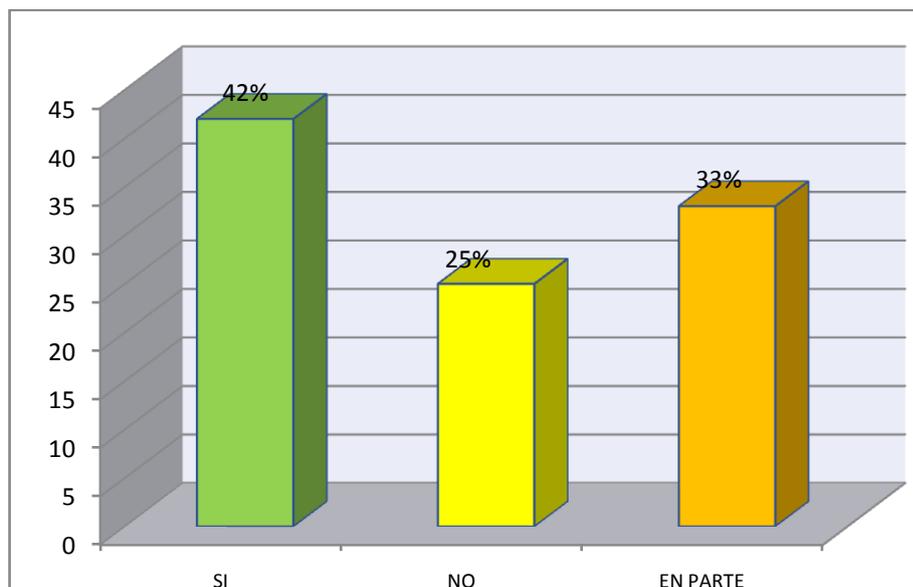
El propósito de esta ficha fue observar si la planificación que se viene cumpliendo permite el desarrollo y la competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza, para lo cual se realizó en doce ocasiones en días y horas diferentes en relación a la planificación.

TABLA N° 17
PLANIFICA EN BASE A LA COMPETENCIA

ALTERNATIVAS	<i>f</i>	%
SI	3	42
NO	5	25
EN PARTE	4	33
TOTAL	12	100

FUENTE: *Ficha de observación a la Planificación.*

AUTORA: *Yadira .T Velásquez Castillo. 2014*



ANÁLISIS.- La planificación del fútbol femenino se la considera como la acción y resultado de planificar, entendiendo que planificar es someter a un plan estudiado cierta actividad o proceso, que en este caso es la dirección y preparación de un equipo de fútbol femenino; también es el análisis previo de todos aquellos factores objetivos y subjetivos, internos y externos, que pueden influir en el resultado de una actividad.

De acuerdo a los resultados, en el 42% de las observaciones se evidenció que la planificación que se realiza si está base a la competencia que van a participar; que no tiene esta orientación en el 25% y en parte en el 33% de las observaciones.

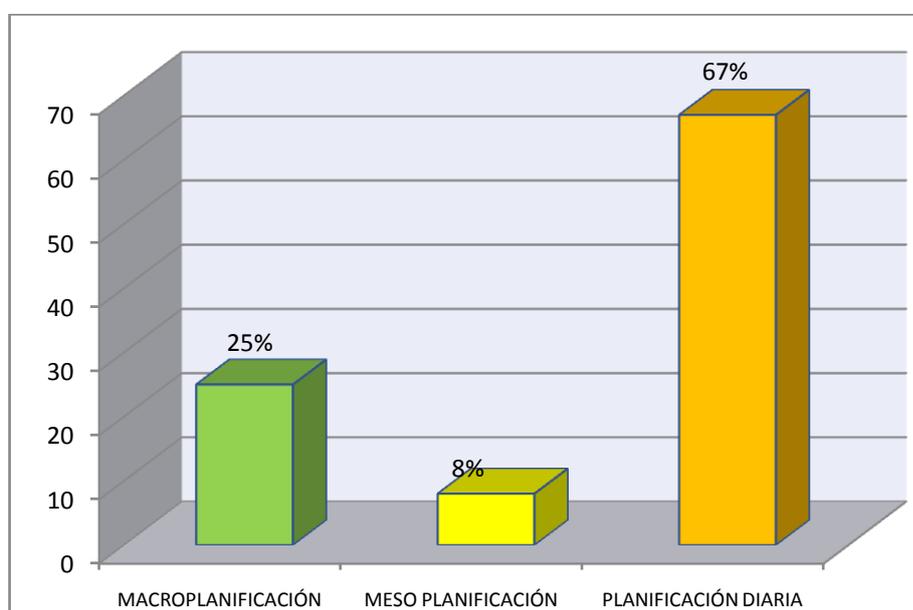
Se puede evidenciar que la planificación que se está desarrollando por parte de los entrenadores está orientada únicamente para la competencia que se la programa, por ello que no existe una planificación a largo plazo, en sí se preparan para una determinada competencia específica.

TABLA N° 18
PLANIFICACIÓN QUE REALIZA

ALTERNATIVAS	<i>f</i>	%
MACROPLANIFICACIÓN	3	25
MESO PLANIFICACIÓN	1	8
PLANIFICACIÓN DIARIA	8	67
TOTAL	12	100

FUENTE: *Ficha de observación a la Planificación.*

AUTORA: *Yadira .T Velásquez Castillo. 2014*



ANÁLISIS.- la planificación del entrenamiento deportivo es ante todo el resultado del pensamiento del entrenador. Este pensamiento debe estar lo más distanciado

posible de toda improvisación; integrar los conocimientos en un sistema estructural y organizado lo más cercano a la ciencia y la tecnología

Del total de observaciones, en el 25% de ellas evidenció que la planificación que se realiza es la macro planificación; no así en el 8% de las observaciones, la opción meso planificación; y la planificación diaria se registró en el 67% de las observaciones.

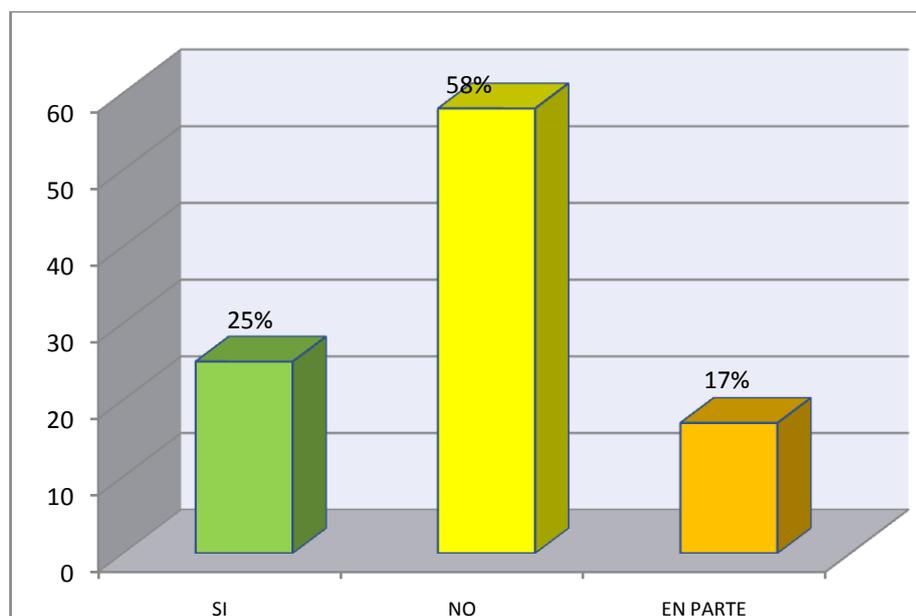
Se determinó en conclusión, que la planificación que se viene realizando es la planificación de clase, ratificando el indicador anterior, ya que los entrenadores planifican para la competencia específica a participar, estos aspectos no están contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.

TABLA N° 19
LOS OBJETIVOS CONTRIBUYEN AL DESARROLLO DEL FÚTBOL FEMENINO

ALTERNATIVAS	<i>f</i>	%
SI	3	25
NO	7	58
EN PARTE	2	17
TOTAL	12	100

FUENTE: Ficha de observación a la Planificación.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo. 2014



ANÁLISIS.- Los objetivos son los fines que se persiguen por medio de una actividad; representan también el fin que se persigue mediante la organización, la integración de personal, la dirección y el control.

De acuerdo a los resultados que anteceden, en el 25% de las observaciones, los objetivos si contribuye al desarrollo del fútbol femenino; a diferencia del 58% que no se observó este indicador, el indicador en parte alcanzó el 17% de las observaciones.

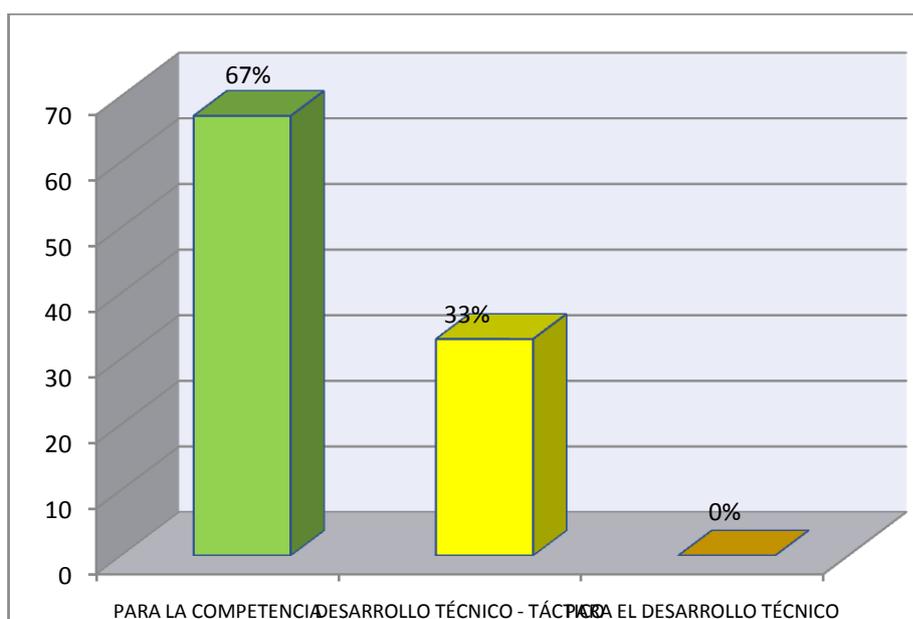
En conclusión se puede deducir que los objetivos que se están planificando y cumpliendo no permite el desarrollo del fútbol femenino, por lo tanto se hace necesario revalorizar la planificación para que incida en el desarrollo del fútbol femenino en el cantón.

TABLA N° 20
OBJETIVOS DEL ENTRENAMIENTO

ALTERNATIVAS	<i>f</i>	%
PARA LA COMPETENCIA	8	67
DESARROLLO TÉCNICO - TÁCTICO	4	33
PARA EL DESARROLLO TÉCNICO	0	0
TOTAL	12	100

FUENTE: Ficha de observación a la Planificación.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo. 2014



ANÁLISIS.- La Planeación implica la selección de misiones y objetivos y las acciones para cumplirlos, y requiere de la toma de decisiones; los planes constituyen un método racional para el cumplimiento de objetivos preseleccionados; supone asimismo, innovación administrativa. El objetivo o propósito, se identifica la función o tarea básica de una empresa; toda organización, sea del tipo que sea, tiene un propósito o misión.

En el 67% de las observaciones los objetivos de entrenamiento están orientados a la competencia deportiva, a diferencia del 33% de las observaciones que fue el desarrollo técnico – táctico; la alternativa para el desarrollo técnico, no tuvo observación alguna.

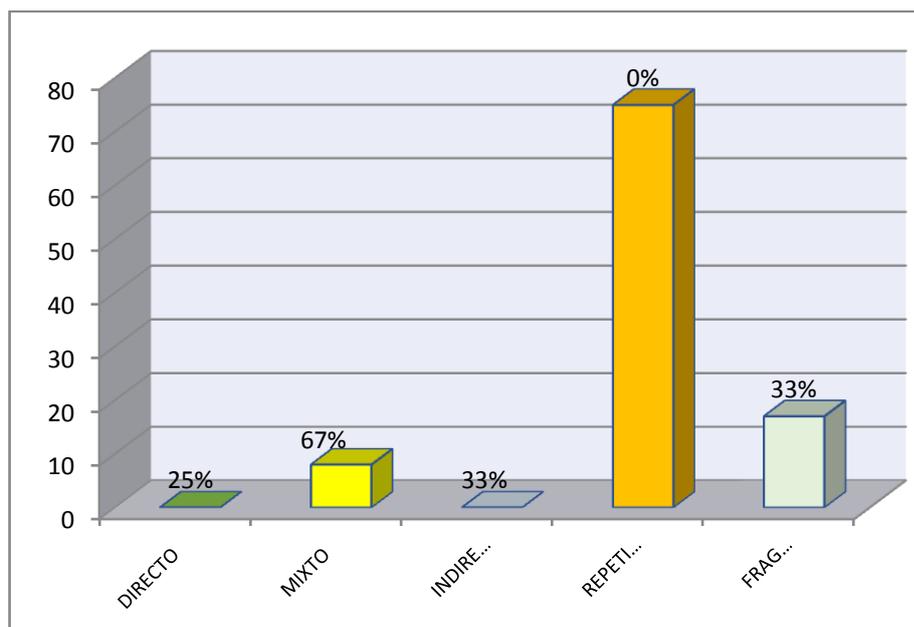
De acuerdo a las observaciones, se concluye que los objetivos del entrenamiento que se viene cumpliendo están dirigidos para la competencia, es por eso que se realiza la planificación diaria, consideramos que no se está incidiendo para el desarrollo del fútbol femenino.

TABLA N° 21
MÉTODO PARA EL ENTRENAMIENTO

ALTERNATIVAS	<i>f</i>	%
DIRECTO	0	0
MIXTO	1	8
INDIRECTO	0	0
REPETICIONES	9	75
FRAGMENTARIO	2	17
TOTAL	12	100

FUENTE: Ficha de observación a la Planificación.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo. 2014



ANÁLISIS.- El método es el nivel de conocimientos que tienen los docentes para enseñar los procesos técnicos metodológicos del fútbol femenino, considerando el bio tipo de la mujer, su fisiología, los cambios psicológico, biológicos y físicos para orientar una práctica adecuada de enseñanza o de entrenamiento.

De acuerdo a los datos que anteceden, en el 8% de las observaciones el método que se está aplicando en el entrenamiento es el método mixto; a diferencia del 75% que se registró el método de repeticiones, un 17% se observó la planificación del método fragmentario, los indicadores de métodos directo e indirecto no tuvo observación alguna.

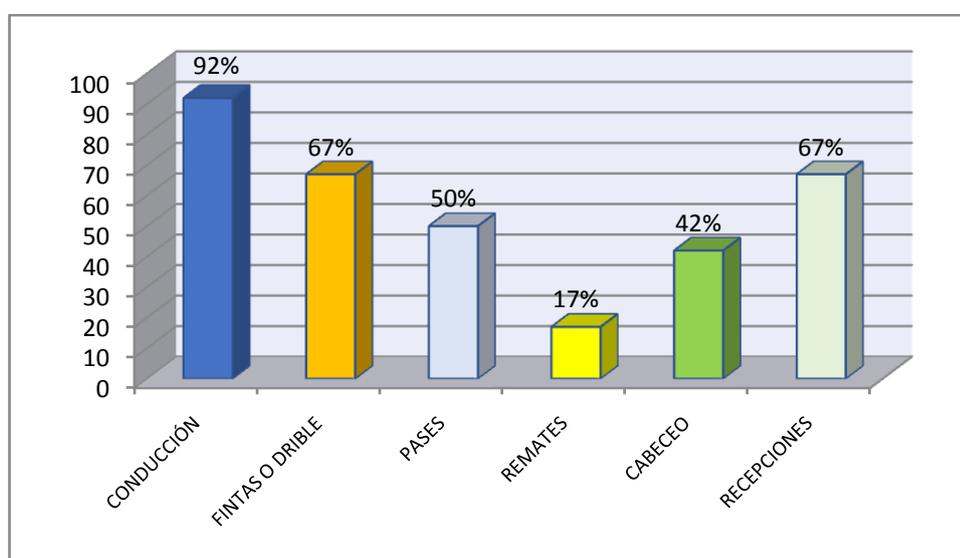
Se deduce que, el método que vienen utilizando los entrenadores, es el método de repeticiones que se caracteriza por el periodo de recuperación que resulta en una recuperación casi completa. En el ámbito del entrenamiento de la resistencia se aplica el método de repetición con el fin de desarrollar la resistencia específica de competición.

TABLA N° 22
HABILIDADES BÁSICAS QUE SE DESARROLLAN

ALTERNATIVAS	<i>f</i>	%	<i>T. OBS.</i>
CONDUCCIÓN	11	92	12
FINTAS O DRIBLE	8	67	12
PASES	6	50	12
REMATES	2	17	12
CABECEO	5	42	12
RECEPCIONES	8	67	12

FUENTE: Ficha de observación a la Planificación.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo. 2014



ANÁLISIS.- las habilidades para jugar al fútbol están orientado a la agilidad es especialmente importante para para los jugadores que driblan con frecuencia, como sucede con los extremos y en sí en el logro de todos los fundamentos básicos del fútbol.

Del total de las observaciones, el 92% de ellas se registró que las habilidades que desarrolla es la conducción, a diferencia del 67% las fintas o drible, 50% los pases, los remates en el 17% de las observaciones, el cabeceo un 42% y las recepciones se evidencio en el 67% de las observaciones.

De acuerdo a las conclusiones, se concluye que las habilidades básicas que se vienen desarrollando con mayor significatividad son la conducción, finta o drible y las recepciones en el entrenamiento del fútbol femenino en la ciudad de Yantzaza.

RESULTADOS DEL TEST DE HABILIDADES DEL FÚTBOL APLICADO A LAS DEPORTISTAS

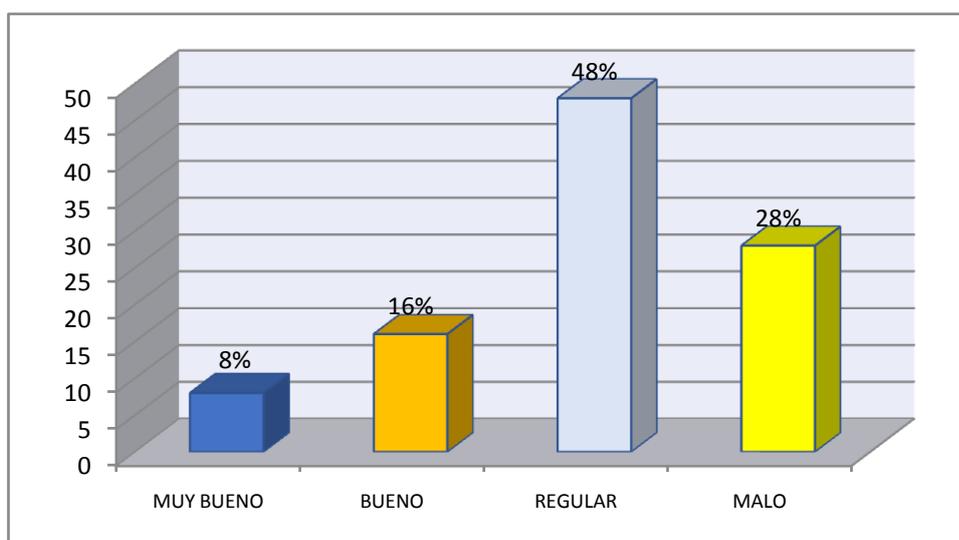
Los Test constan de 5 pruebas que contienen un objetivo general, una escala de evaluación por elementos e indicadores de valoración específica. Este instrumento está codificado como Batería de habilidades (aplicado en el mes de noviembre del 2014), cuyos resultados son los siguientes:

TABLA N°23
TEST DE RECEPCIÓN DEL BALÓN

EVALUACIÓN	<i>f</i>	%
MUY BUENO	2	8
BUENO	4	16
REGULAR	12	48
MALO	7	28
TOTAL	25	100

FUENTE: *Test de Recepción del balón aplicado a las deportistas.*

AUTORA: *Yadira .T Velásquez Castillo. 2014*



ANÁLISIS.- El test de recepción del balón, es una prueba que tiene el objetivo de, determinar la habilidad de recepción del balón en los deportistas de todas las categorías del fútbol, varones y mujeres. Se lo realiza de la siguiente manera: El jugador se coloca en un terreno delimitado por un cuadrado de 5 mts, y separado 5 mts de la pared con dos balones; hace rebotar la pelota contra la pared y la deja en el

cuadrado, busca el otro balón y repite la acción; y se contabilizan la cantidad de veces que el balón rebota en la pared en 30 segundos.

De acuerdo a los resultados del test de Recepción del Balón tenemos que, el 8% de las evaluadas alcanzaron una valoración de Muy Bueno; a diferencia del 16% que fue de bueno; en cambio el 48% fue valorado como Regular y el 28% se valoró de Malo,

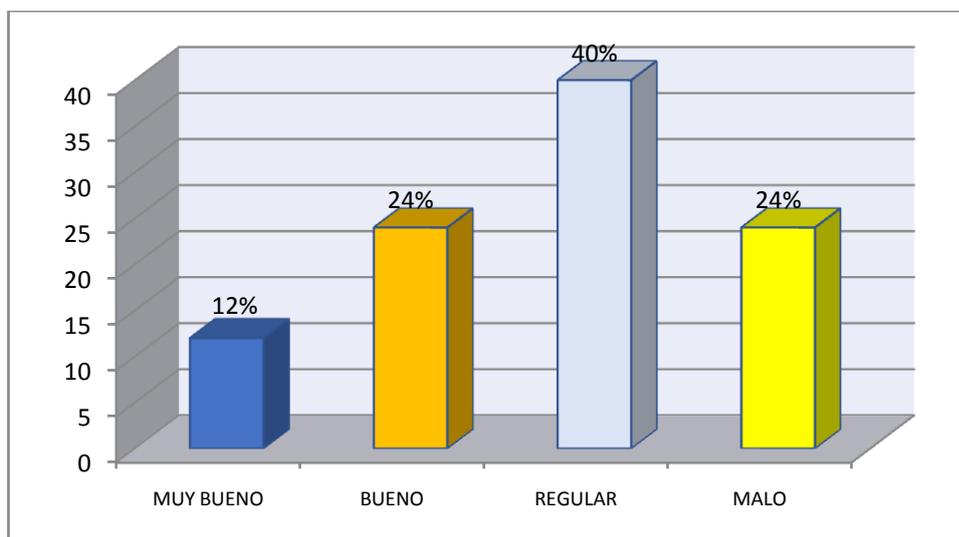
Esta información permite concluir que las deportistas tienen limitaciones en lo que se refiere a la mecánica de recepción del balón, ya que no existe un buen control al momento de se toma contacto con el balón, y la que dejamos preparado el balón para ser jugado.

TABLA N°24
TEST DEL PASE

EVALUACIÓN	<i>f</i>	%
MUY BUENO	3	12
BUENO	6	24
REGULAR	10	40
MALO	6	24
TOTAL	25	100

FUENTE: *Test del Pase, aplicado a las deportistas.*

AUTORA: *Yadira .T Velásquez Castillo. 2014*



ANÁLISIS.-El Test tiene el objetivo de, determinar el nivel de precisión del pase en los deportistas, se lo desarrolló de la siguiente manera: Se utiliza un cuadrado grande trazado en el campo de fútbol con 10 mts de largo dividido en 2 rectángulos iguales de 5 metros cada uno; se utiliza balones oficiales. Se colocan a 2 metros de distancia de los laterales y 4

metros entre el deportista y el preparador; el preparador debe golpear el balón de forma moderada suficiente para que llegue al final del cuadrado; asimismo el deportista una vez que el balón haya pasado la línea divisoria de 5 metros golpeará inmediatamente tratando de hacer diana en cualquier parte del segundo rectángulo y antes de que llegue al final, al deportista debe estar calzado con tacos y puede hacer dos pruebas de práctica, y cada deportista tendrá que golpear 20 veces y obtendrá 1 punto por cada balón que haga diana.

Interpretando los resultados que anteceden, en el Test del pase, el 12% obtuvieron una evaluación de Muy bueno, a diferencia del 24% que se valoró de Bueno en cambio el 40% fue de Regular, el 24 % de las deportistas obtuvieron una evaluación de Malo.

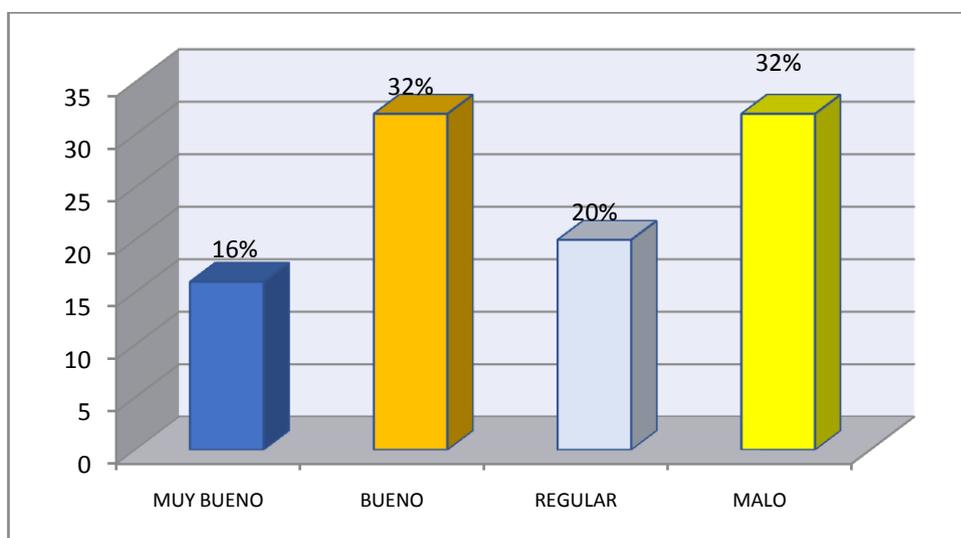
Esta información se deduce que las deportistas tienen limitaciones en la ejecución del pase en lo que se refiere a la mecánica, porque la acción no se la ejecuta, ya que el pase es “el gesto técnico que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón a un solo toque.

TABLA N°25
CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN CÍRCULO

EVALUACIÓN	<i>f</i>	%
MUY BUENO	4	16
BUENO	8	32
REGULAR	5	20
MALO	8	32
TOTAL	25	100

FUENTE: Test de Conducción del Balón, aplicado a las deportistas.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo. 2014



ANÁLISIS.- La conducción es la acción técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego. El test se lo realiza de la siguiente manera: Se necesita un balón oficial de fútbol, 5 estacas de 1,50 metros, 1 cronómetro y el círculo central del campo de fútbol; el balón debe conducirse lo más cerca del pie. En el comienzo se conducirá hacia el centro del círculo para la vuelta a la estaca y volver al inicio por fuera del círculo, ir a la segunda estaca ir al centro y regresará, así realizará la conducción hasta terminar el test explicado en el esquema; no debe tocar el balón con las manos, ni derribar las estacas, si no pasa por ella el test será anulado; el cronómetro será accionado en el momento en que la deportista toca el balón por primera vez y terminará con todo el recorrido completo en la posición inicial, será notado el mejor tiempo en dos oportunidades.

Analizando los resultados que anteceden, el 16% de las deportistas se valoró de Muy Bueno, el 32% de Bueno, a diferencia del 20% que fue de Regular, la valoración de Malo fue del 32%.

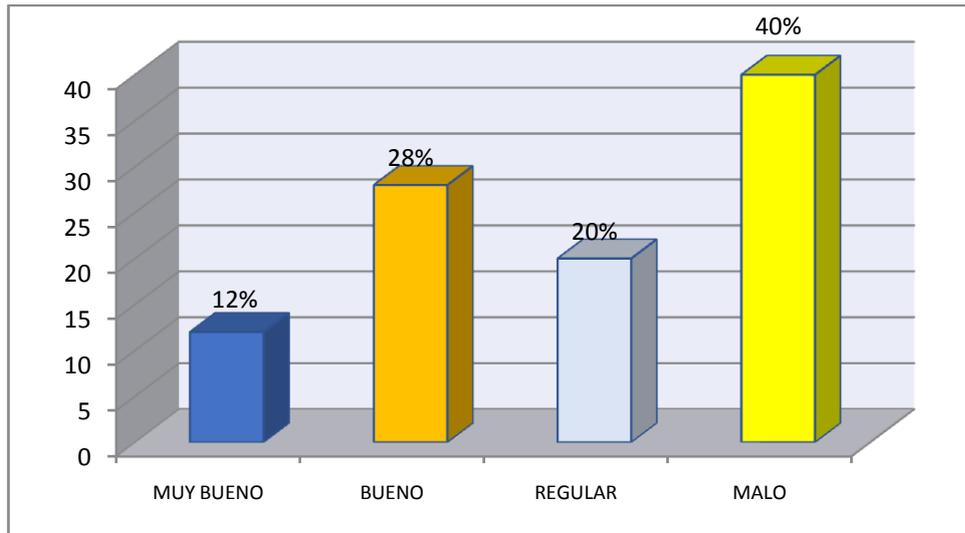
Esta información permite determinar que las deportistas no realizan en forma adecuada la conducción del balón en círculo en la acción que realiza un jugador al desplazar el balón desde una zona a otra del campo, con toques sucesivos y en círculo no manteniendo el control sobre él.

TABLA N° 26
FINTA DEL BALÓN CON OBSTÁCULOS

EVALUACIÓN	<i>f</i>	%
MUY BUENO	3	12
BUENO	7	28
REGULAR	5	20
MALO	10	40
TOTAL	25	100

FUENTE: Test Finta del Balón con Obstáculos, aplicado a las deportistas.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo.2014



ANÁLISIS.-el objetivo es, determinar la habilidad para realizar la finta en los deportistas. Se lo realiza de la siguiente manera: Se realiza en el campo de juego, se necesita estacas colocadas a lo largo de los 15mts, se necesita un balón, cronometro y silbato, la finta que hace referencia a ciertos movimientos o acciones realizadas por un deportista, con el propósito de engañar, confundir o distraer al adversario de la verdadera acción que se pretende realiza.

Interpretando los resultados que anteceden, el 12% de las evaluadas alcanzaron una evaluación de Muy Bueno, a diferencia del 28% que obtuvieron una puntuación de Bueno, en cambio el 20% obtuvieron una evaluación de Regular en este test; la valoración de Malo fue el 40%.

Esta información permite determinar que las deportistas no ejecutan en forma adecuada la finta del balón con obstáculos, porque se debe considerar la finta es un complemento básico del futbolista técnicamente bien dotado, y mucho más en el fútbol actual en el que es muy difícil encontrar un metro de espacio libre con lo que cualquier pequeño engaño puede facilitarnos una ventaja muy a tener en cuenta.

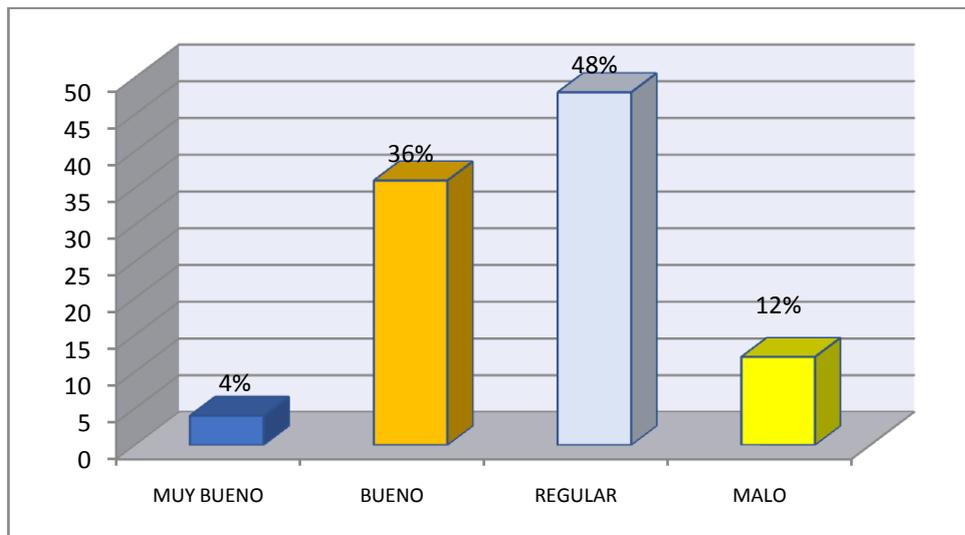
TABLA N° 27

TIRO A DISTANCIA

EVALUACIÓN	<i>f</i>	%
MUY BUENO	1	4
BUENO	9	36
REGULAR	12	48
MALO	3	12
TOTAL	25	100

FUENTE: Test de Tiro a Distancia, aplicado a las deportistas.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo. 2014



ANÁLISIS.- el objetivo del test, es determinar el nivel de tiro de precisión en los deportistas, se lo realiza de la siguiente manera: Se realiza en el campo de juego, se necesita una cinta métrica o tener el campo de juego marcado, tendrá la oportunidad de golpear el balón dos veces con cada pierna y se medirá la mayor distancia posible, y se realiza desde la línea de meta

De acuerdo a los resultados que anteceden, el 4% de las deportistas obtuvieron una evaluación de Muy Bueno, el 36% Bueno, a diferencia del 48% que alcanzaron una valoración de Regular; la alternativa Malo se valoró en el 12% de las deportistas.

Esta información permite deducir que, las deportistas de los clubes de fútbol investidos tienen limitaciones en el tiro a distancia ya que no se considera en su totalidad la acción técnicas, los entrenadores tienden a subestimar la importancia de los disparos con precisión, por lo general estos son la diferencia entre ganar y perder. La práctica de tiros a larga distancia puede hacer que tu equipo se lleve la victoria en un partido de fútbol.

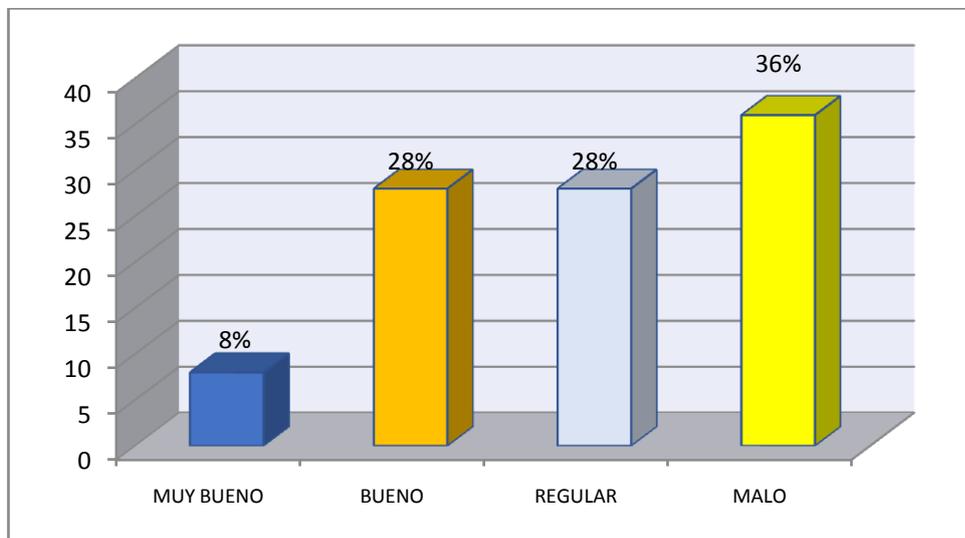
TABLA N° 28

RESUMEN PROMEDIO DE LOS TEST DE HABILIDADES DEL FÚTBOL FEMNINO

EVALUACIÓN	<i>f</i>	%
MUY BUENO	2	8
BUENO	7	28
REGULAR	7	28
MALO	9	36
TOTAL	25	100

FUENTE: Promedio de los Test de Habilidades aplicado a las deportistas.

AUTORA: Yadira .T Velásquez Castillo.2014



ÁNÁLISIS.-Los equipos de fútbol femenino que realizan un juego de campeonato utilizan las mismas habilidades fundamentales que los masculinos que están aprendiendo a jugar por primera vez. La mayoría de las habilidades requieren que los jugadores entiendan las técnicas básicas del control del balón, ya sea utilizando el pie, la rodilla o la cabeza. Los porteros también tienen que aprender a controlar el balón con las manos.

De acuerdo al test promedio de habilidades del fútbol aplicado a las deportistas, se determina que el 8% se valoró de Muy Bueno, como Bueno se evaluó el 28% de las deportistas, otro 28% se evaluó de Regular, y como Malo se obtuvo el 36%.

Como se puede evidenciar de acuerdo a los resultados promedios, las deportistas de fútbol femenino de la ciudad de Yantzaza tienen una valoración de Malo en las habilidades para aprender a jugar al fútbol.

g. DISCUSIÓN

HIPÓTESIS UNO

ENUNCIADO:

La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no contribuye al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

ANÁLISIS:

Con respecto a las preguntas realizadas a los entrenadores que tienen relación con esta hipótesis, tenemos que: Tabla 1. La planificación que vienen desarrollando lo realiza en base a la competencia que van a participar, el 50% señalaron que sí; a diferencia del 72% de la deportistas indicaron esta afirmación. Tabla 2, Tipo de planificación que realiza con anticipación, el 83% de entrenadores la realizan la planificación diariamente, en cambio lo confirma el 64% de las deportistas. Tabla 3, los objetivos que planifican si contribuyen para el desarrollo del fútbol femeninos, en parte respondieron el 50% de los entrenadores, lo ratifica el 52% de las deportistas. En la interrogante de la Tabla 4, el tipo de objetivo del entrenamiento, el 67% de entrenadores señalaron que es para la competencia, lo ratifica el 52% de las deportistas. En la pregunta Tabla 5, qué orientación tiene la planificación, el 83% de los entrenadores señalaron que es para la competencia, las deportistas indicaron la misma alternativa un 68%. En la Tabla 6, el método que utiliza para la preparación, el 50% de los entrenadores utilizan el método de las repeticiones, este método señalaron el 44% de las deportistas. En la interrogante de la Tabla 7, días de entrenamiento a la semana, un 83% de los entrenadores señalaron en cuatro días, las deportistas indicaron cuatro días el 56%.

De acuerdo a los resultados de la ficha de planificación en la Tabla 17, planifica en base a la competencia, el 42% de las observaciones se evidenció que la planificación que se realiza si está en base a la competencia que van a participar; de la misma manera en el ítems de la Tabla 18, tipo de planificación que realiza, la planificación diaria se registró en el 67% de las observaciones; Tabla 19, los objetivos contribuye

al desarrollo del fútbol femenino, el 58% no se observó que se cumple con este indicador; en relación a la Tabla 20, orientación que tienen los objetivos del entrenamiento, el 67% de las observaciones los objetivos de entrenamiento están orientados a la competencia deportiva; Tabla 21, método que se está aplicando en el entrenamiento, se registró el método de las repeticiones en el 75% de las observaciones; Tabla 22, habilidades que se vienen desarrollando, tenemos: el 92% de las observaciones se registró que las habilidades que desarrolla es la conducción, a diferencia del 67% las fintas o drible, 50% los pases, los remates el 17% , el cabeceo un 42% y las recepciones en el 67% de las observaciones.

En relación a los resultados del test de las habilidades del fútbol, Test N° 1 (Tabla 23), Recepción del Balón, el 8% de las evaluadas alcanzaron una valoración de Muy Bueno; Bueno el 16%; Regular un 48%, el 28% se valoró de Malo. Test N° 2 (Tabla 24). El Pase, el 12% obtuvieron una evaluación de Muy bueno, el 24% Bueno, en cambio el 40% Regular, un 24 % de las deportistas obtuvieron una evaluación de Malo. Test N° 3 (Tabla 25). Conducción del Balón en Círculo, el 16% de las deportistas Muy Bueno, 32% Bueno, el 20% Regular, la valoración de Malo el 32%. Test N° 4 (Tabla 26). Finta del Balón con Obstáculos, el 12% alcanzaron una evaluación de Muy Bueno, el 28% Bueno, el 20% Regular en este test, Malo fue el 40%. Test N° 5 (Tabla 27), Tiro a Distancia, el 4% obtuvieron una evaluación de Muy Bueno, el 36% Bueno, el 48% Regular, Malo se valoró en el 12% de las deportistas. De acuerdo a los resultados de los Test, se obtuvo un promedio de Regular en las habilidades para jugar al fútbol femenino.

INTERPRETACIÓN:

La planificación del fútbol femenino en la ciudad de Yantzaza de acuerdo al inventario realizado, se determina que son las instituciones educativas las que promueven este deporte, de igual forma han sido los docentes de Educación Física los que a través de Federación Deportiva Estudiantil han programado este deporte, de igual forma en la participación a nivel de los clubes son las mismas señoritas de las instituciones educativas las que participan en estos eventos.

La situación del problema es que los organismos deportivos de la provincia y del cantón como son Federación Deportiva de Zamora Chinchipe a través de Liga Deportiva Cantonal de Yantzaza, no han organizado seminarios para motivar y masificar el fútbol femenino, la orientación de la planificación del entrenamiento que deben realizar los clubes deportivos y centros educativos deben estar orientados a la contribución del desarrollo del fútbol femenino en el cantón.

La mayor incidencia de la planificación del fútbol femenino se la viene realizando en las instituciones educativas, pero esta planificación está orientada al cumplimiento del currículo al desarrollo de destrezas con criterio de desempeño en el Bloque 2 Juegos, a través de las habilidades juegos para hacer goles con los pies, que de alguna manera ha permitido a las estudiantes motivarse por esta práctica deportiva; lo que hace falta que las instituciones deportivas del cantón realicen en primera instancia una planificación de masificación para el desarrollo de la competencia deportiva en el campo del fútbol femenino

El entrenamiento del fútbol femenino es una demostración de la evolución del deporte femenino en Ecuador y en la provincia de Zamora Chinchipe, sus directivos deportivos no presentan un modelo de planificación para un equipo de fútbol femenino. Adaptando los parámetros de la carga de entrenamiento y los medios de entrenamiento a las particularidades del deporte femenino y es un excelente referente para el fútbol a nivel educativo, formativo, de masificación y de competencia.

No obstante, en el proceso de desarrollo de este deporte la comunidad futbolística del cantón Yantzaza puede hacer mucho para aprovechar todo el potencial del fútbol femenino; especialmente Federación Deportiva de Zamora Chinchipe son los responsables de salvaguardar el fútbol, necesitan hacer uso de este gran potencial y aprovechar la oportunidad para incrementar y desarrollarlo, porque existe en la localidad un número significativo de mujeres que deben tener acceso al fútbol, valorar la calidad del fútbol femenino, considerar el camino de las jugadoras desde el fútbol base hasta el competitivo, analizar las oportunidades para las mujeres en el fútbol dentro y fuera del campo de juego.

Para la verificación de la hipótesis, se consideró los resultados de porcentajes relevantes de la encuesta dirigida a los entrenadores y deportistas de fútbol femenino, confrontados con la ficha de observación a la planificación para el desarrollo de este deporte, métodos que se utiliza, eventos de participación, interés y motivación para esta práctica, a más del apoyo de bibliografía especializada y considerando la problemática, objetivos y supuestos teóricos se llegó a la verificación de la primera hipótesis de trabajo.

DECISIÓN

De acuerdo al análisis realizado y la interpretación de la misma, se decide que este supuesto teórico se lo acepta, por cuanto, la planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no está contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

HIPÓTESIS DOS

ENUNCIADO:

Las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

ANÁLISIS:

De acuerdo a los resultados de la encuesta aplicada a los entrenadores, Tabla 8, las competencias al año que participa, el 50% dos veces al año; en el caso de las deportistas confirman esta respuesta el 60%. En la Tabla 9, las habilidades que se desarrollan : El 67% de los entrenadores señalan el dominio del balón, 83% conducción, 33% las fintas o drible, otro 33% los pases, remates un 67% y el 50% las recepciones; las deportistas un 68% respondieron que las habilidades que desarrollan son el dominio del balón, 76% conducción, fintas o drible el 32%, pases un 28%, 36% remates, el 24% cabeceos y el 44% las recepciones.

De la misma manera en la Tabla 10, las competencias que se viene realizando si son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino, el 50% de los entrenadores

indicaron que sí, el 36% de las deportistas respondieron en parte; de la Tabla 11, los entrenadores investigados, el 83% participan en la competencia estudiantil, a diferencia de la respuesta similar del 76% de las deportistas. De la Tabla 12, ámbito de la competencia que participan, el 50% en competencias inter cantonal, el 56% de las deportistas confirman esta afirmación; de la Tabla 13, cuál es el propósito de la competencia, un 67% de los entrenadores han tenido el propósito cantonal estudiantil, lo ratifica el 80% de las deportistas; de la Tabla 14, de las instituciones que organizan las competencias, el 83% de los entrenadores citan a Federación Deportiva Estudiantil, esta misma alternativa seleccionó el 84% de las deportistas; de la Tabla 15, en relación al tiempo de duración de la competencia, un 67% de los entrenadores informaron que el tiempo de duración de la competencia es de una semana, lo ratifica el 84% de las deportistas, finalmente en la Tabla 16, cuál es la institución que evalúa estas competencias, el 67% de los entrenadores señalaron que son los directivos de Federación Deportiva Estudiantil.

De acuerdo al test promedio de habilidades del fútbol aplicado a las deportistas, se determina que el 8% se valoró de Muy Bueno, como Bueno se evaluó el 28% de las deportistas, otro 28% Regular, y como Malo se obtuvo el 36%.

INTERPRETACIÓN:

Cuando hablamos de la competencia deportiva se está relacionado con la práctica de un juego que tiene como resultado una clasificación de los participantes, ganadores y algún tipo de reconocimiento para los mejores, tal como un trofeo, premio económico o título, en función del cumplimiento de un objetivo, en el caso del fútbol femenino en el cantón Yantzaza no se viene desarrollando en forma continua estas competencias.

Al hablar de la competencia del fútbol femenino tenemos que considerar la preparación física y técnica, a través de su dirección de Desarrollo, Planificación y Competencia que, busque fomentar la práctica del fútbol femenino por medio de festivales, campeonatos y seminarios.

Dentro de los objetivos principales que se debe tomar en cuenta para desarrollar el fútbol femenino debe ser a través de torneos sostenidos de menores que sirven como plataforma de captación de talentos que se formarán en lo posterior, fortalecer la organización y competencias de las Ligas de fútbol femenino en el cantón, provincia y región del país y capacitar de manera ordenada y continua a todos los involucrados en el proceso de desarrollo: dirigentes, promotores, entrenadores y deportistas.

En el cantón Yantzaza, durante los últimos años, ha sido limitada la competencias del Fútbol Femenino, organizan sus tradicionales competencias, consistente en un torneo de fútbol reducido para niñas, adolescentes, jóvenes y adultas, en cuyas versiones anteriores ya han participado más de seis equipos entre instituciones educativas, clubes e instituciones de la localidad, con un promedio de 120 deportistas y se han jugado cerca de 30 partidos.

El fútbol femenino ecuatoriano tuvo en 2014 un crecimiento raudo y veloz. La clasificación al Mundial Canadá 2015 certificó que, a pesar del poco apoyo, el balompié femenino tiene potencial en Ecuador y apenas se ha conocido una parte de lo que puede dar, esto ha sido un interés en entrenadores y jóvenes por entrenar este deporte, que a veces se ve limitada es por la poca competencias que no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en este cantón.

Ecuador disputará su primer mundial femenino en 2015 con apenas 2 años de competencia en el torneo nacional. La tricolor consiguió el cupo a uno de los campeonatos que le faltaba por disputar, luego de jugar en el mundial de varones, el Sub-20 y la Sub 17, estas acciones han permitido en las deportistas de las instituciones educativas un mayor interés por el aprendizaje de este deporte, pero a la vez requieren que las instituciones que tienen que ver con el deporte en el cantón promuevan más eventos competitivos del fútbol femenino lo que acrecentará su práctica, masificación y competencia.

De acuerdo a los datos que se obtuvieron, las competencias que se realizan en este cantón han sido dos competencias, las mismas fueron planificadas, organizadas y evaluadas por Federación Deportiva Estudiantil de Zamora Chinchipe, por lo tanto, se concluye que las competencias que se realizan, no son suficientes en el desarrollo

del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.

Otro paso que buscan las futbolistas activas de la ciudad de Yantzaza es la profesionalización. Hasta el momento no se promueve la competencia para este objetivo, manteniéndose el ‘espíritu amateur’ del fútbol, por lo que juegan básicamente por el gusto de hacerlo, por ello muchas de las futbolistas de este cantón desearían participar en un equipo a nivel nacional.

Sin embargo, la falta de competencia continua no les ha permitido elevar su nivel en los pocos torneos que se realizan, lo cual no significa un aporte al desarrollo del fútbol femenino; pero siempre de la mano con una planificación que resulte exitosa.

DECISIÓN

De acuerdo al análisis realizado y la interpretación de la misma, se decide que este supuesto teórico se lo acepta, por cuanto, las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

h. CONCLUSIONES:

Con los resultados de los instrumentos de campo que se utilizó en la investigación, se llegó a las siguientes conclusiones:

1. La planificación del entrenamiento que realizan los clubes y centros educativos de la ciudad de Yantzaza no están contribuyendo al desarrollo del fútbol femenino en este cantón.
2. Las competencias que se realizan, no son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza, ya que se han desarrollado dos eventos en el año 2014
3. Las competencias que se realizan de fútbol femenino en el cantón Yantzazano tienen influencia en la formación deportiva, por la falta de una planificación que oriente a la masificación y desarrollo de este deporte en el cantón.
4. No se planifica el desarrollo torneos de fútbol femenino en categorías inferiores, que sirvan como plataforma de masificación, desarrollo y fortalecimiento de organización y competencia deportiva.
5. De acuerdo al test del fútbol aplicado a las deportistas, se determina que desarrollan una deficiente aplicación de los fundamentos del fútbol femenino.

i. RECOMENDACIONES:

Con los resultados de las conclusiones que se abordaron en la investigación, se llegó a las siguientes recomendaciones

- 1) Los clubes deportivos y centros educativos deben organizar programas de masificación deportiva – competitiva, para que contribuya al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.
- 2) Los profesores de Educación Física de las instituciones educativas y entrenadores de fútbol, en coordinación con Federación Deportiva Estudiantil de Zamora Chinchipe, deben planificar más eventos competitivos en el año de fútbol femenino.
- 3) Que las entidades Deportivas de la Región Sur, provincia de Zamora Chinchipe y Liga Deportiva Cantonal de Yantzaza, deben realizar una planificación orientada a la masificación y desarrollo de fútbol femenino en el cantón.
- 4) Planificar torneos de fútbol femenino en las categorías inferiores para que sirvan como plataforma de captación de talentos que se formarán en lo posterior, y así fortalecer la organización y competencia del fútbol femenino en el cantón.
- 5) Que los entrenadores del cantón Yantzaza, realicen en forma periódica los test de evaluación técnica, lo que permitirá a través de una planificación dosificada mejorar los fundamentos del fútbol femenino en las deportistas.

j. BIBLIOGRAFÍA

1. **ARBOLEDA A.**, Alimentación Sana Fuente de Vida, Santa Fe de Bogotá (Col.) Voluntad S.A., 2010
2. **ALVAREZ DEL VILLAR**, Carlos, La Preparación Física del Fútbol basada en el Atletismo, Madrid, Gymnos, 2010.
3. **BLANCO NESPEIRA**, Alfonso, 1000 Ejercicios de Preparación Física Volumen II, Paidotribo, Barcelona, 2009.
4. **CARLA WRAY**Roggiero El fútbol femenino en el Ecuador, Guayaquil Ecuador, 2010
5. **CARRIÓN**, Fernando, El Fútbol como práctica de Identificación Colectiva, 2009.
6. **CERÓN** , Juan Futbol Femenino, Quito Ecuador, 2010
7. **CERVERA**, Emilio, Alimentación y Dioterapia, Mc-Graw Hill, Madrid, 2011.
8. **EIBMANN**, Hans-Jorg, Dr. (e.d).: *Fútbol Base. Programas de entrenamiento 12-13 años*. Primera Edición, Editorial Paidotribo, Impreso en España.
9. **FRAILE ARANDA**, Antonio. *Metodología de la enseñanza y entrenamiento deportivo aplicada al fútbol*. Escuela Nacional de Entrenadores. Madrid, 2009
10. **FIFA Coaching**: Jean-Paul Brigger (FIFA), Michel Ritschard (Suiza) 2010
11. **GARCÍA DOMÍNGUEZ**, J.A. *Apuntes de técnica del curso de entrenadores de fútbol Nivel 1*. Escuela de entrenadores de Castilla y León, 2010
12. **HARRE**, Dietrich. Teoría del entrenamiento Deportivo, 2009.
13. **STEFANO**, d` Octavio, *El entrenamiento del joven futbolista*, Primera edición, Editorial Paidotribo, impreso en España 2009.

14. **TORRELLES**, Sans Alex, (e.d.):*Fútbol Base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación*, Primera Edición, Editorial Paidotrivo, Impreso en España.

Fuentes Electrónicas:

- www.futbolbase.com/horst/25razones.php
- <http://es.fifa.com/aboutfifa/developing/pitchequipment/football/testcriteria.html>
- <http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/propuest/propuest.htm>
- www.indeportesantioquia.gov.co/contratacion/verdetaobserva.asp?dato=140&item=3

k. Anexos: Proyecto Aprobado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

TEMA

LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL
DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN
YANTZAZA, PERÍODO 2014.

Proyecto de Tesis, previo a la Obtención
del Título de Licenciada en Ciencias de la
Educación. Mención; Cultura Física y
Deportes

AUTORA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

ASESOR: *Dr. Milton Eduardo Mejía Balcázar. Mg. Sc.*

LOJA - ECUADOR

2014

a. TEMA:

LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS
COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014.

b. PROBLEMÁTICA:

El fútbol masculino y femenino es un deporte competitivo, sumamente popular, que se juega con dos equipos de 11 jugadores cada uno, que se mueven conduciendo una pelota de forma redonda, con los pies, dentro de un campo rectangular de juego, de medidas variables de aproximadamente cien metros de largo por 75 metros de ancho, de césped, natural o artificial, con dos arcos enfrentados, cada uno defendido por un arquero que debe impedir que el equipo contrario introduzca dentro de ese arco el balón. Si esto sucede el equipo que logra ingresar la pelota en el arco contrario anota un gol. Las manos solo se usan para hacer los saques.

Si bien es un deporte tradicionalmente masculino, las mujeres han comenzado a practicarlo con gran entusiasmo.

Dentro de las posiciones de juego, además del arquero o guardameta al que ya aludimos, existen los defensores, que se ubican en forma de arco, y cuya función es impedir que los rivales puedan hacerles gol.

Cada cuatro años, desde el año 1930, se organizan mundiales de fútbol de varones, que movilizan al mundo entero, con sedes rotativas, donde el sentimiento patriótico une a los conciudadanos para alentar a sus equipos.

El fútbol femenino (*fútbol femenino*) es un deporte de equipo entre las mujeres de muchos países, siendo una de las pocas disciplinas deportivas con ligas profesionales en ese ámbito.

La historia del fútbol asociación, conocido simplemente como fútbol, suele considerarse a partir de 1863, año de fundación de TheFootballAssociation, aunque sus orígenes, al igual que los demás códigos de fútbol, se pueden remontar varios siglos en el pasado, particularmente en las Islas Británicas durante la Edad Media. Si bien existían puntos en común entre diferentes juegos de pelota que se desarrollaron desde el siglo III A. C., el fútbol actual, el deporte tal como se lo conoce hoy tiene sus orígenes en las Islas Británicas.

Desde entonces el fútbol ha tenido un crecimiento constante, hasta llegar a ser el deporte más popular del mundo con unas 270 millones de personas involucradas. Con la realización de la primera reunión de la International Football Association Board en 1886 y la fundación de la FIFA en 1904, el deporte se ha expandido hasta llegar a todos los rincones del mundo. A partir de 1930 se comenzaría a disputar la Copa Mundial de Fútbol, que se convertiría en el evento deportivo con mayor audiencia del planeta hasta la actualidad.

Estudios realizados por la FIFA, considera que en el mundo son treinta millones de mujeres en el mundo demuestran que el fútbol también es su juego. La impresión predominante es que el fútbol femenino es muy activo, entretenido y que progresa continuamente.

El gran número de trabajos que se han publicado en los últimos años sobre el fútbol masculino competitivo en la literatura científica internacional permite conocer las exigencias físicas y energéticas que demanda un partido de fútbol, así como las cualidades físicas que caracterizan a los jugadores de fútbol de la elite internacional. Esto supone una información y un punto de referencia importante para poder orientar, cuantificar y programar el entrenamiento de las distintas cualidades físicas del futbolista, de modo individualizado, eficaz, y con gran ahorro de tiempo de entrenamiento. Aunque el número de trabajos publicados sobre fútbol femenino es mucho menor al publicado en fútbol masculino, los resultados sugieren que la aptitud física de las mujeres futbolistas es inferior, aunque las adaptaciones relativas al partido y al entrenamiento son muy similares, con excepción de algunas peculiaridades.

Por último, en la actualidad se ha observado un notable aumento de la aptitud física de las jugadoras de fútbol, debido al gran aumento del número de practicantes y, especialmente, de la frecuencia y la intensidad del entrenamiento.

El fútbol femenino ha alcanzado ya la cifra de 40 millones de practicantes. Este enorme crecimiento en todo el ámbito mundial ha provocado que la FIFA se vuelque con su fomento e impulso, a través de las distintas asociaciones nacionales. A lo largo de los noventa, la expansión del fútbol femenino ha batido récords de crecimiento.

Nunca antes un deporte había obtenido un desarrollo tan vertiginoso a escala mundial. Si bien en Europa es practicado desde los años setenta, el puntapié inicial del fútbol femenino fue dado por las noruegas en el Congreso de FIFA de 1986, en México, cuando se disputó el Mundial. Las mujeres nórdicas reclamaron la atención para la rama femenina del fútbol y el entonces presidente de FIFA, el brasileño Joao Havelange, accedió a la realización de un torneo experimental que tuvo lugar en 1990, en China. El éxito fue tal que al año siguiente, también en China, el fútbol femenino quedaba oficializado por FIFA en el primer mundial que consagró campeona a la selección de Estados Unidos.

El otro paso fundamental que terminó de incorporar el fútbol femenino a la superestructura del deporte universal fue dado en Atlanta 96. La experiencia fue todo un éxito, ya que las mujeres consiguieron marcar más goles que los hombres, cometieron menos faltas, jugaron un tiempo útil superior y, por si fuera poco, recaudaron más dinero, dado que en Estados Unidos es preferido el "soccer" femenino al masculino.

Estados Unidos es el ejemplo más evidente del éxito del fútbol femenino. En Atlanta, una media de 78.000 espectadores presenciaron los partidos de mujeres, dato indicativo del tremendo potencial que tiene el país norteamericano, que cuenta con 13 millones de jugadoras.

Japón, Europa, Estados Unidos y China son los centros de mayor desarrollo del fútbol femenino. En Japón, actualmente, una futbolista de la Liga percibe un promedio de 50 millones de pesetas al año. Las zonas de mayor retraso del fútbol femenino corresponden a América Latina, África y los países asiáticos del Islam. Aun así, la FIFA espera que poco a poco, gracias a la evolución general que está teniendo la mujer en otros campos, aumente el número de practicantes femeninas en el fútbol. El presidente del máximo organismo del fútbol mundial, Joseph Blatter aseguró que en el año 2010 podía haber tantas mujeres como hombres jugando al fútbol.

En Ecuador el fútbol femenino todavía es considerado amateur, la gran mayoría de dirigentes son voluntarios, es decir no perciben sueldo alguno. A nivel de directiva general, no existe una Federación de Fútbol Femenino que estos dos últimos años ha intentado estructurar las competiciones de los equipos federados, a pesar que en el año 2013 el Ministerio de Deportes del Ecuador en Coordinación con la Federación Ecuatoriana de Fútbol realizó el torneo Nacional Inter clubes, donde Loja la Región Sur del Ecuador como es Loja y Zamora no tuvo representación alguna.

El Campeonato Ecuatoriano de Fútbol Femenino es el torneo nacional de mayor relevancia correspondiente a la rama femenina del fútbol ecuatoriano, y es organizado por la Federación Ecuatoriana de Fútbol desde el año 2013.

El equipo campeón clasificará a la Copa Libertadores Femenina. En enero de 2005, en el Congreso anual de la FEF se acordó organizar el Primer Campeonato Nacional de Fútbol Femenino, en un principio 10 clubes de la Primera A debían presentar sus planteles y jugar de manera paralela este certamen al final se decide que solo era opcional su participación. El torneo no se realizó porque los dirigentes de los clubes dijeron que no había dinero para financiar todos los gastos que demandaba un torneo nacional a pesar que solo 3 clubes: Deportivo Quevedo, El Nacional y Aucas se organizaron para el certamen.

Después de ocho años, de aquella decisión en el Congreso del Fútbol, se organiza el Primer Campeonato Nacional de Fútbol Femenino avalado por la FEF. Ninguno de estos 16 clubes participantes pertenecen o son filiales de los clubes masculinos de la Primera A. Son equipos que vienen realizando esta actividad en el plano barrial o amateur por 15 y hasta 20 años, no hay una fecha exacta.

En el campeonato 2013 participan 16 equipos: 4 equipos son de Guayaquil, 4 son de Quito, 2 de Los Ríos y 1 de Cañar, Esmeraldas, Manabí, Napo, Pastaza y Santo Domingo de los Tsachilas, donde se evidencia que no existe equipo que represente a la provincia de Zamora Chinchipe, zona geográfica que se realizará la investigación.

Otro de los estudios realizados por la Federación Ecuatoriana de Fútbol, se concluye que, en Ecuador se encuentra en el puesto 54 en el ranking femenino de la FIFA.

Todos estos índices son el resultado del Bajo Rendimiento de las jugadoras que en la actualidad practican este deporte, esto empíricamente consideramos que se debe a que no existe una formación desde la escuela y el colegio para en primera instancia motivar la práctica de este deporte, en segundo lugar los organismos deportivos cantonal y parroquiales deben darle importancia a la planificación y ejecución de eventos para masificar este deporte, y sea el escenario de la selección y captación, lo cual mejora su práctica formativa, recreativa o competitiva

Consciente de esta realidad y de la alta demanda en las jóvenes por practicar este deporte, se propone la realización, de este tema investigativo, para que sea un espacio de reflexión para analizar la planificación, aplicación para el fomento y desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza, período, que sea parte del proceso de masificación y difusión de este deporte en la provincia de Zamora Chinchipe e particular en el cantón Yantzaza.

En la actualidad deficiencias acerca de la participación de la mujer en las diferentes esferas de actuación en el deporte producto a incomprensiones, prejuicios, discriminación, apoyo por las organizaciones políticas y gubernamentales; se suma la falta de aplicación de programas de fomento y desarrollo de este deporte; así mismo; a pesar del espacio que ha ido ganando el fútbol femenino, todavía persisten manifestaciones discriminatorias y prejuicios sobre su práctica. Esta situación se evidencia en nuestro territorio; sobre todo, la práctica del fútbol por parte de las mujeres a distintas edades es una actividad saludable. Ya sea de carácter recreativo, competitivo o de aprendizaje, siempre entrega beneficios que superan a los factores de riesgo que no impiden buscar lograr el estado de bienestar.

El problema se ubica dentro del contexto de la planificación deportiva - competitiva, por cuanto en los últimos años el fútbol femenino en la ciudad de Yantzaza ha sido y es practicado por un centenar de jóvenes por este deporte espectáculo que atrae a muchas damas entre niñas y señoritas; el problema suscite por la falta de una planificación adecuada que permita masificar el fútbol femenino competitivo en este cantón.

En el cantón Yantzaza el fútbol femenino a pesar de las orientaciones remitidas por la Comisión Nacional no ha tenido estabilidad en cuanto a su práctica y en la participación en los eventos convocados por nuestra federación. Los inicios de la práctica del fútbol femenino empezaron con las categorías escolares de manera masiva la práctica del fútbol femenino fue todo un éxito por la motivación y el entusiasmo con que asumieron los profesores y las alumnas dicha práctica, venciendo los prejuicios que tenían sus propios padres y que aún persisten en muchos de que el fútbol femenino no es propio de niñas. En cuanto al fútbol femenino de mayores también se ha organizado su práctica pero lamentablemente los mismos problemas y prejuicios unidos a problemas organizativos han dado al traste, con su práctica de manera sistemática, ya que han tenido competencias a nivel nacional sin mayor relevancia motivo que se ha dado por la falta de entrenamiento, de apoyo para poder desarrollar con éxito las competencias que se les presentan.

En la provincia de Zamora Chinchipe y en particular en la ciudad de Yantzaza, la práctica de este deporte a nivel competitivo no ha tenido su difusión necesaria por una falta de planificación, de programas y eventos que fomenten la competencia del fútbol femenino, por esos creemos que es de interés realizar el tema propuesta de investigación.

Se ha recabado información por parte de profesores de Cultura Física, directivos de Liga Deportiva Cantonal, entrenadores y sobre todo de varias niñas y jóvenes señoritas que desean y tienen la necesidad de aprender a jugar el fútbol en sus instituciones educativas, para luego participar en eventos competitivos de este deporte a nivel local, la Federación Deportiva Estudiantil de Zamora no promueve torneos en el cantón Yantzaza por los problemas que se derivan a causa de estas limitaciones como son: la falta de conocimientos que tienen los docentes de Cultura Física y entrenadores del cantón para la planificación y enseñanza del fútbol femenino competitivo; la poca importancia que se otorga al fútbol femenino por parte de las autoridades, directivos del deporte del cantón Yantzaza, lo que ha incidido para su desarrollo competitivo; la deficiente planificación institucional para una adecuada masificación, selección, detección, formación y, mejoramiento de los talentos existentes en el lugar en el fútbol femenino y los procesos técnicos

metodológicos que se operativizan no propician la formación y consolidación del fútbol competitivo femenino en el cantón Yantzaza.

De esta problemática se determina las siguientes interrogantes que se las quiere analizar y que permitirán organizar los sub indicadores de las variables, estas son:

¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los directivos sobre el fútbol femenino competitivo?

¿Qué importancia le otorgan las autoridades al fútbol femenino competitivo?

¿Cómo incide la planificación de masificación en la selección, detención y desarrollo del fútbol femenino competitivo?,

¿Se propicia la formación y consolidación del fútbol femenino competitivo a través de procesos metodológicos planificados en forma adecuada?

La investigación se lo quiere realizar con las señoritas que están motivadas en particular en el proceso de aplicación de la propuesta de aprendizaje y competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, en edades comprendidas entre 16 a 18 años, las cuales han ofrecido su apoyo y colaboración para el cumplimiento de esta propuesta investigativa, en el cantón Yantzaza, es uno de los cantones más bellos situado en la provincia de Zamora Chinchipe, Ecuador. El origen de su nombre lo debe a la presencia del Valle de Yantzaza y a su cabecera cantonal. Al igual que Zamora, limita con la mayoría de cantones restantes a excepción de Chinchipe, Palanda y Nangaritza. Al norte limita con la provincia del Azuay; y al este con el Departamento de Amazonas, Perú por medio de la Cordillera del Cóndor conocido también como el gran valle de las luciérnagas. Habitantes: 18.678 mujeres y 9.466 hombres, con un clima cálido húmedo. En esta investigación participarán una población 25 señoritas en edades entre 16 a 18 años, cuyo tiempo disponible de lunes a viernes en horarios de 15h00 a 16h45, de enero a marzo del 2014, en la infraestructura del Estadio de la Escuela de Educación Básica “General Rumiñahui” de la ciudad de Yantzaza.

Por esta razón he considerado importante plantearme el siguiente problema: *¿Cómo incide la planificación del fútbol femenino en el desarrollo y competencias en el Cantón Yantzaza, provincia de Zamora Chinchipe, en el período 2014?*

c. JUSTIFICACIÓN

Partiendo con base en la vinculación con la comunidad que tiene la Universidad Nacional de Loja, la Carrera de Educación Física y Deportes, y como producto de la experiencia adquirida y vivida como estudiante y por ser deportista activa en este deporte, pongo a vuestra consideración el tema de tesis titulado: **LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014.**

Se justifica por ser un tema relevante vigente y de gran interés social puesto que esta direccionado a solucionar el problema de la falta de planificación para el fomento del fútbol femenino competitivo ya que es de trascendencia por su dimensión social y psicológica son las que más acercan al punto máximo de bienestar a las futbolistas; se pueden mencionar como beneficios directos en el ámbito psíquico y social al goce y la alegría, la pasión por la vida, las sensaciones placenteras, el reconocimiento, la creación de la autoestima, la motivación por hacer deporte, el aumento de la interacción social, el aumento de la participación en eventos competitivos dentro de la comunidad

Así también podemos explicar que el mismo se justifica porque la práctica del fútbol femenino competitivo es uno de los deportes más importantes y masivos, en Yantzaza, se practica en casi la totalidad del mundo, esto se demuestra por su incremento constante en el número de practicantes y de espectadores. En la actualidad hay 260 millones de futbolistas (hombres y mujeres) a nivel mundial, y 270 millones de personas que participan activamente considerando su incidencia en la sociedad moderna.

Es considerado un fenómeno social y ha estado presente en los últimos dos siglos en forma protagónica, a través de su práctica a nivel amateur, profesional, educacional, y llegando a todas las edades, siendo muy fácil su difusión y obtención de material necesario en su práctica. Debemos indicar que los sectores de influencia directa en este proyecto son las jóvenes señoritas entre 16 a 18 años de edad del sector que tienen interés y están motivadas por el fútbol femenino competitivo a nivel de

instituciones educativas, clubes o de empresas públicas y privadas pero de ser favorables el resultado que obtendré se podría volver una práctica general en todos los centros educativos de estas características por la generalidad del proyecto.

El presente trabajo de investigación se ha establecido con la finalidad de aportar al desarrollo del Fútbol Femenino competitivo en el Cantón Yantzaza, mediante la elaboración del proyecto que intervenga dicha incidencia “la planificación”. Así mismo mediante la elaboración y ejecución del proyecto es muy importante tomar en cuenta que se aplicará todas las técnicas y metodologías que he adquirido durante el tiempo de estudiante de la carrera de Educación Física y Deportes, por tanto las técnicas métodos y prácticas estarán precedidas de una formación académica veraz y científica impartida por nuestra universidad.

También se justifica por los siguientes parámetros.

En lo académico.- se pondrá en práctica los conocimientos recibidos en las aulas universitarias, en cursos en talleres, seminarios y sobre todo ayudará a nuestra formación profesional ya que la Universidad Nacional de Loja haciendo cumplir las funciones que le determina la Constitución y las normas generales de graduación ordenan que los y las estudiantes, para optar por un título académico deben, realizar un proyecto investigativo y encontrarle solución para beneficio de la comunidad educativa y la sociedad ecuatoriana.

En el contexto social.- ayudará a fortalecer los vínculos de Universidad y Comunidad, la población involucrada dentro de esta investigación especialmente del Cantón Yantzaza, la misma que a través del presente tema ayudará a mejorar el nivel de aprendizaje y su efectividad en el desarrollo de las capacidades y habilidades motoras en las deportistas en la práctica del fútbol femenino competitivo.

En el contexto social.- ayudará a fortalecer los vínculos de Universidad y Comunidad, la población involucrada dentro de esta investigación especialmente del Cantón Yantzaza, la misma que a través del presente tema ayudara a mejorar el nivel

de aprendizaje y su efectividad en el desarrollo de las capacidades y habilidades motoras en las deportistas.

En lo educativo.- esta investigación es un aporte para la comunidad educativa ecuatoriana que permitirá a los lectores, autoridades, dirigentes deportivos, docentes a que, reflexionen para que los procesos técnicos metodológicos la enseñanza del fútbol femenino para la competencia, sean tratados desde una óptica crítica diferente, ya que se debe seguir una planificación secuencial.

Serán los beneficiarios directos serán las jóvenes señoritas entre 16 a 18 años que están motivadas por participar en programas de desarrollo del fútbol femenino competitivo del cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe; aportará a elevar el conocimiento en los entrenadores y profesores de Educación Física; de igual forma a concientizar en los directivos y autoridades deportivas del cantón a mejorar el desarrollo del fútbol femenino competitivo, lo que en el futuro este cantón tenga una aceptable participación competitiva a nivel local, regional, nacional e internacional.

Es viable y factible de llevarla adelante porque se cuenta con los recursos financieros disponibles, aceptación de las autoridades, dirigentes y deportistas de las organizaciones objeto de estudio, cuenta con el apoyo de los docentes de la Carrera de Cultura Física de la Universidad Nacional de Loja, de igual forma se cuenta con los recursos materiales y bibliográficos necesarios de investigación que se realizará de acuerdo al cronograma de trabajo establecido.

d. OBJETIVOS

Objetivo General:

- ❖ Evaluar cómo incide la planificación para el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el Cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, período 2014

Objetivos Específicos

- ❖ Conocer cómo se realiza la planificación del entrenamiento en los clubes deportivos y centros educativos para la participación del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.
- ❖ Determinar cómo se viene desarrollando el fútbol femenino, en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.
- ❖ Evaluar las competencias que se realizan fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, y su influencia en la formación deportiva

e. MARCO TEÓRICO

PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO EN YANTZAZA

Caracterización histórica geográfica

Historia

Situación Demográfica.

División Política.

Aspectos Geográficos de Yantzaza

Fútbol Femenino:

Definición

El Fútbol Femenino

Historia

La Mujer y el Fútbol

Planificación

Definición

Características

Generalidades.

Planificación del Entrenamiento

Entrenamiento Deportivo en la Mujer

Generalidades

Fases de Entrenamiento

Desarrollo Motor

Preparación de las Habilidades Físicas Motoras Básicas

Condicionales

Coordinativas

DESARROLLO Y COMPETENCIA DEL FÚTBOL FEMENINO

La Competencia Femenina

Estamentos del Fútbol Femenino

Mitos del Fútbol Femenino

Procesos Técnicos Metodológicos del Fútbol

Métodos

Medios a Utilizar

Fundamentos Técnicos

La Técnica Individual

La Técnica Colectiva

Constitución de las deportistas

Definición

Características

Maduración Sexual

Crecimiento y Desarrollo

Cambios Físicos

Peso

Grasa Corporal.

Cabeza.

Crecimiento Corporal

Los Test de Valoración en el Fútbol

Ficha Médica

Objetivos del Test

DESARROLLO DEL MARCO TEÓRICO

PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO EN YANTZAZA

Caracterización histórica geográfica.-Yantzaza es una ciudad pequeña, localizada en el sureste del Ecuador, en la provincia de Zamora Chinchipe, y es la cabecera del cantón homónimo.

Yantzaza es el principal centro económico, comercial, y la segunda ciudad más poblada de la provincia con 10.528 habitantes. Se encuentra ubicada en la ribera del río Zamora, sobre el famoso Valle de Yantzaza o Valle de las Luciérnagas, a 43 kilómetros de la ciudad de Zamora. El origen de su nombre proviene del shuar *yanzatza* que significa 'valle de las luciérnagas', debido a la constante presencia

de estos insectos en el lugar. En las afueras y alrededores de la ciudad se desarrolla una actividad ganadera de forma intensiva que abastece el mercado local y nacional.

Yantzaza es un cantón que se aproxima a los 25 años de vida y el pueblo se formó con gente del Azuay, Loja y El Oro. Al comienzo las primeras familias de colonos llegaron a la provincia de Zamora Chinchipe, impulsadas por la fiebre del oro y se dedicaron a lavar el dorado metal en los ríos de la selva. Casi en el mismo sitio, donde se levantaron los campamentos mineros, posteriormente, se construyeron las casitas con material de la zona, que conformaron el poblado.

Situación Demográfica. El cantón Yantzaza, es uno de los cantones más bellos situado en la provincia de Zamora Chinchipe, Ecuador. El origen de su nombre lo debe a la presencia del Valle de Yantzaza y a su cabecera cantonal. Al igual que Zamora, limita con la mayoría de cantones restantes a excepción de Chinchipe, Palanda y Nangaritz. Al norte limita con la provincia del Azuay; y al este con el Departamento de Amazonas, Perú por medio de la Cordillera del Cóndor conocido también como el gran valle de las luciérnagas.

División Política.

El cantón está dividido políticamente en tres parroquias, una parroquia urbana y dos rurales que son: **Yantzaza** es una ciudad pequeña, localizada en el sureste del Ecuador, en la provincia de Zamora Chinchipe, y es la cabecera del cantón homónimo. La parroquia Chicaña es una parroquia de Ecuador, en el cantón Yantzaza, provincia de Zamora Chinchipe. La parroquia es conocida porque cerca de ella se encuentran dos balnearios naturales del Río Chicaña. El primer balneario se encuentra a 8.5 km de Yantzaza, junto a la carretera Troncal Amazónica que va en dirección a Gualaquiza. El segundo que se encuentra a 15 km de Yantzaza y un km de Chicaña, es un sitio a donde acuden muchos turistas del país y provincia, especialmente en las festividades del carnaval para refrescarse en sus aguas y disfrutar de los diferentes eventos celebrados en la fecha.

Aspectos Geográficos de Yantzaza.- Dentro de los aspectos geográficos tenemos los límites que posee el cantón, la altitud, la distancia posee hacia la provincia, la

extensión con que cuenta, que clase de clima tiene, la temperatura promedio que varía en el año; el cantón cuenta con un gran número de cordilleras a sus alrededores y grandes afluentes de agua.

Ubicación y Límites.- El cantón Yantzaza se encuentra ubicada al sureste de la provincia de Zamora Chinchipe, dentro de sus límites tenemos: Norte.- Con los cantones el Pangui y Gualaquiza-Provincia de Morona Santiago Sur.- Con los cantones Centinela del Cóndor y PaquishaEste.- Límites internacionales con el Perú Oeste.- Con los cantones Zamora y Yacuambi.

Fútbol Femenino.- El fútbol o futbol (del inglés británico *football*), también conocido como fútbol asociación, balompié o soccer, es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de once jugadores cada uno y cuatro árbitros que se ocupan de que las normas se cumplan correctamente. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues participan en él unos 270 millones de personas.

El terreno de juego es rectangular de césped natural o artificial, con una portería o arco a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar con cualquier parte del cuerpo que no sea los brazos o las manos, y mayoritariamente con los pies (de ahí su nombre), una pelota a través del campo para intentar introducirla dentro de la portería contraria, acción que se denomina marcar un gol. El equipo que logre más goles al cabo del partido, de una duración de 90 minutos, es el que resulta ganador del encuentro.

El fútbol se juega siguiendo una serie de reglas, llamadas oficialmente *reglas de juego*. Este deporte se practica con una pelota esférica (de cuero u otro material con una circunferencia no mayor a 70 cm y no inferior a 68 cm, y un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g al comienzo del partido), donde dos equipos de once jugadores cada uno (diez jugadores "de campo" y un arquero) compiten por encajar la misma en la portería rival, marcando así un gol. El equipo que más goles haya marcado al final del partido es el ganador; si ambos equipos no marcan, o marcan la misma cantidad de goles, entonces se declara un empate. Puede haber excepciones a esta regla; véase Duración y resultado más abajo.

.Definición.- generalmente referido como fútbol femenino es el más prominente deporte de equipo entre las mujeres en muchos países, siendo una de las pocas disciplinas deportivas con ligas profesionales en este ámbito. El fútbol femenino no constituye una excepción del fútbol masculino. Los hombres y las mujeres tienen los mismos derechos, aunque en el fútbol esta situación aún sea una utopía. Existen muchos más puntos similares que diferentes entre hombres y mujeres en el fútbol, ya que las reglas de juego son exactamente las mismas, o sea que las labores relacionadas con las funciones de los jugadores en el terreno de juego son las mismas, un ariete masculino debe una situación futbolística de la misma manera que una artillera.

Historia.- La mujer ha sido importante en el desarrollo y evolución del fútbol hasta nuestros días. Las primeras evidencias datan de los tiempos de la dinastía Han en el que se jugaba una variante antigua del juego llamada TsuChu. Existen otros deportes que indican que en el siglo XII, era usual que las mujeres jugaran juegos de pelota, especialmente en Francia y Escocia. En 1863, se definieron normas para evitar la violencia en el juego con tal de que fuera socialmente aceptable para las mujeres. En 1892, en la ciudad de Glasgow, Escocia, se registró el primer partido de fútbol entre mujeres.

El documento más conocido acerca de los comienzos del fútbol femenino datan de 1894 cuando NettieHoneyball, una activista de los derechos de la mujer, fundó el primer club deportivo denominado British Ladies Football Club. Honeyball, convencida de su causa declaró que con esto quería demostrar que la mujer podía lograr emanciparse y tener un lugar importante en la sociedad que por entonces excluía a muchas mujeres.

La Primera Guerra Mundial fue clave en la masificación del fútbol femenino en Inglaterra. Debido a que muchos hombres salieron al campo de batalla, la mujer se introdujo masivamente en la fuerza laboral. Muchas fábricas tenían sus propios equipos de fútbol que hasta ese entonces eran privilegio de los varones. El más exitoso de estos equipos fue el Dick, Kerr's Ladies de Preston, Inglaterra. Dicho equipo fue exitoso, alcanzando resultados como el de un partido contra un equipo escocés en el que ganaron por 22-0.

La Mujer y el Fútbol.- La creencia de que la participación en deportes de competición tiende a masculinizar a las mujeres se ha encontrado en la investigación en una gran variedad de poblaciones (Harres, 1968; Sherif, 1971). Esta creencia es coherente con los estereotipos imperantes sobre las mujeres y que contrastan con los rasgos asociados con el éxito de los atletas (Cann, 1991; Harris, 1981). Que las mujeres atletas sean vistas como “masculinas”, puede deberse más a la tendencia de mujeres grandes y fuertes a mantenerse en la actividad deportiva de competición (tal vez en relación a mejores resultados deportivos) que a una posible masculinización de las mujeres atletas.

Algunos deportes son vistos como más masculinos que otros, atrayendo preferentemente a más hombres que mujeres (sería el caso del fútbol o del rugby), mientras que otros deportes tradicionalmente “femeninos” atraen a más mujeres (ballet o patinaje artístico serían posibles ejemplos). En contraste, existen algunos deportes cuya práctica parece ser aceptable por ambos géneros (Cratty, 1983) como la natación, el tenis o la hípica. Pareciera que los deportes de contacto han estado reservados para la práctica masculina mientras que aquellos que potencian la armonía han estado acotados al terreno de las mujeres (Bohórquez, 2008); en la misma línea, tradicionalmente las mujeres han participado en deportes individuales en vez de hacerlo en deportes de equipo (DeBacy, Spaeth, y Busch, 1970). Incluso las mujeres clasifican deportes como el fútbol poco femeninos en comparación con otros como el voleibol (Salisbury y Passer, 1982).

Como ya señalaron Hornsey y Hogg (2000), “los prejuicios, la discriminación, los estereotipos negativos y los comportamientos agresivos subsiguientes forman un subconjunto de estrategias capaces de crear y/o mantener un estado de distintividad y por lo tanto de exclusión”.

Planificación.- La planificación es una parte esencial de cualquier actividad exitosa. El entrenamiento no es excepción; si usted y los participantes en su programa quieren lograr las metas que se han fijado, necesitan saber a dónde van y qué tienen que hacer para llegar ahí. La planificación no es complicada. Más bien, es simple establecimiento de prioridades y el decir cómo y cuándo tomarlas en cuenta.

Diccionario de las Ciencias de la Educación (1983) define planificación como: “Proceso que es preciso seguir para alcanzar objetivos concretos en plazos determinados y etapas definidas, partiendo del conocimiento y de la evaluación científica de la situación original y utilizando de modo racional los medios materiales y los recursos humanos disponibles”

Definición.- Los esfuerzos que se realizan a fin de cumplir objetivos y hacer realidad diversos propósitos se enmarcan dentro de una planificación. Este proceso exige respetar una serie de pasos que se fijan en un primer momento, para lo cual aquellos que elaboran una planificación emplean diferentes herramientas y expresiones.

La planificación supone trabajar en una misma línea desde el comienzo de un proyecto, ya que se requieren múltiples acciones cuando se organiza cada uno de los proyectos. Su primer paso, dicen los expertos, es trazar el plan que luego será concretado.

En otras palabras, la planificación es un método que permite ejecutar planes de forma directa, los cuales serán realizados y supervisados en función del planeamiento

Características.-- A través de las diferentes épocas la necesidad de alcanzar el rendimiento provocó que deportistas y entrenadores buscarán la sistematización del entrenamiento en pos de ese logro. Sin embargo pensamos que hay tres momentos fundamentales que son verdaderos hitos en el deporte moderno que provocaron cambios significativos en la planificación del entrenamiento. Los mismos son los siguientes:

La realización de los Juegos Olímpicos modernos. Esta etapa se la reconoce como la de racionalización del entrenamiento y tiene diversos referentes.

La guerra fría, desatada al finalizar la II Guerra Mundial entre las potencias, involucró al deporte, a partir de la década del 50. Esta etapa se caracterizó por un importante desarrollo de las ciencias del entrenamiento. Se la reconoce como planificación tradicional, siendo su principal referente Matveev.

Fases del Entrenamiento Deportivo. —El Meso ciclo.-Esta es una estructura media, está integrada dentro del macrociclo y a su vez está formada por microciclos. Siendo su característica fundamental, que siempre termina en un microciclo de supercompensación.

La sumatoria numérica de los estímulos en el mesociclo, permite visualizar muy fácilmente cuando y donde se ubicaran las tareas especiales como son los llamados puntos débiles y puntos fuertes de los deportistas.

Micro ciclo.—Es la estructura pequeña, cuya duración oscila entre 3-4 días hasta 10-15 días, aunque suelen durar una semana. La calidad y cantidad de contenidos que la componen, le dan su tendencia haciendo que tomen el nombre de "corrientes", "de choque", "de aproximación", "de supercompensación", "pre-competitivos", "de competencia", etc.

Planificación del Entrenamiento.-La planificación del entrenamiento consta de tres pasos:Establecimiento del marco de trabajo, Decisión sobre el contenido, Evaluación. El segundo paso de una planificación de un entrenamiento, es determinar su contenido.El tercer paso es la evaluación: se reúne la información específica sobre los entrenamientos y se emplea esta información para modificar la planificación general. Este paso es crucial, porque le permite basarse en las experiencias obtenidas, asegurando su efectividad.

La periodización y planificación del entrenamiento deportivo, como área especializada de este, y a su vez, de la Educación Física, se consolidan sobre un sustento Biológico, uno Pedagógico y un tercero Afectivo-Motivacional.

Entrenamiento Deportivo en la Mujer.-El proceso del entrenamiento en la mujer que debe ser planteado a largo plazo, atraviesa por una serie de etapas o fases desde su inicio hasta que alcanza el alto rendimiento en el caso de aquellos jóvenes que su objetivo sea ese y lleguen a la última fase. Es así que existen diversos planteamientos sobre las distintas etapas de formación que tienen que atravesar los niños y jóvenes como autores, de esta manera se ha pensado en realizar una breve revisión de algunos criterios, y luego centrarnos en un modelo que se adapte al tema de investigación planteado.

Generalidades.- el Entrenamiento Básico:que para este autor consiste en el desarrollo de una base motora amplia y variada, que está enfocada en la práctica de varios deportes y no a uno solo porque se pierden posibilidades de expresión posterior. Igualmente esta fase debe centrarse en la coordinación psicomotriz y en el desarrollo de la resistencia en el niño como cualidad física más adecuada a estas edades porque con ella se mejora todo el sistema cardiorrespiratorio lo que redundará en beneficio de otras áreas corporales o de otras cualidades.

Fases de Entrenamiento.- Para GrosserStarischka y Zimmermann (1988) es muy importante el diagnóstico inicialque se haga, pues es el que orientará el entrenamiento posterior, sus fases y los niveles del mismo. Además el diagnóstico sirve para jerarquizar los factores de exigencia al permitirnos saber cuáles son las necesidades existentes o la dirección que en cada momento debe tener el entrenamiento. Por su parte, Harre (2010) divide el entrenamiento en dos fases únicamente:

Entrenamiento de jóvenes:se dirige a quienes no han alcanzado, todavía, la edad de los adultos y que, a su vez, subdivide en:

Principiantes:Con un objetivo claro en ampliar la base motriz general de los niños que se inician en el deporte para dotarles de la capacidad necesaria para poder pasar a otras fases más exigentes.

Avanzados:cuyo planteamiento principal es orientar a los jóvenes hacia una especialidad deportiva concreta.

Desarrollo Motor.- Es necesario ubicar el subsistema Desarrollo Motor Humano dentro del sistema del Desarrollo Humano. El estudio del ser humano se ha realizado desde diferentes perspectivas, así encontramos importantes estudios sobre la capacidad cognoscitiva, conductas sociales, afectos y emociones, y por otra parte, pautas de evolución de su crecimiento biológico y de la evolución de sus conductas motrices.

Preparación de las Habilidades Físicas Motoras Básicas

Condicionales.- La fuerza: Fuerza muscular es la tensión que realiza un músculo contra una resistencia. Bajo el concepto de fuerza del ser humano hay que entender su capacidad para vencer o contrarrestar una resistencia mediante la actividad muscular.¹⁷ Capacidad para superar resistencia exterior y resistirlos a través de esfuerzos musculares (Zatziortski, 2010).

La velocidad.- Las capacidades de velocidad del deportista son un conjunto de propiedades funcionales que permiten ejecutar las acciones motoras en un tiempo mínimo. Según Grosser y Brüggeman (2011), es la capacidad de reaccionar con máxima rapidez frente a una señal y/o realizar movimientos con máxima velocidad. Matveev (2006) define rapidez: “Es el conjunto de propiedades funcionales del hombre que determinan directa y preferentemente las características de la velocidad de los movimientos, así también como el tiempo de reacción motora”.

La resistencia: Se entiende como resistencia a la fatiga la capacidad de realizar un ejercicio, de manera eficaz, superando la fatiga que se produce.²⁵ Según Fritz Zintl (1991), es la capacidad física y psíquica de soportar el cansancio frente a esfuerzos relativamente largos y/o la capacidad de recuperación rápida después de los esfuerzos. En opinión de Langlade, es la capacidad para mantener un esfuerzo prolongado, sin disminución apreciable de la performance. (PLATONOV, Wladimir, La Preparación Física, p.271)

Coordinativas.-El desarrollo y mejoramiento de la estructura de movimiento y de la coordinación motora está directamente relacionada con el estado del sistema nervioso central y, particularmente con el sistema sensorio motriz y de la integración del sistema perceptivo (visual, táctil, auditivo y cenestésica).

Clasificación de las capacidades coordinativasLas capacidades coordinativas se clasifican básicamente en siete principales, las cuales al funcionar interrelacionadas o consecutivamente pueden producir una clasificación extremadamente amplia, de este modo se ha tomado a las capacidades coordinativas generales, y son:

Regulación del movimiento: Es la capacidad para coordinar eficazmente diferentes movimientos corporales parciales, movimientos aislados o fases de movimientos ligados a los objetivos parciales que en su conjunto componen la acción táctica del juego.

Orientación: Es la capacidad que permite determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo en relación al campo de acción (terreno de juego, material fijo,...) y/o a un objeto en movimiento (móvil, compañeros, adversarios. (Harre, 2009).

Diferenciación: Es la capacidad que permite expresar una gran precisión y economía entre las diversas fases parciales del movimiento o entre los movimientos de diferentes partes del cuerpo.

Equilibrio: Es la capacidad de mantener el cuerpo en estado de equilibrio o de recuperarlo después de movimientos o cambios posicionales amplios y veloces. Esta capacidad tiene dos aspectos que deben ser diferenciados (Meinel y Schnabel, 2007).

Reacción: Es la capacidad de proponer y ejecutar rápidamente acciones motrices adecuadas a las demandas de la situación de juego concreta como respuesta a un estímulo propio o del entorno (señales acústicas, ópticas, táctiles o kinestésicas).

Ritmo: Es la capacidad de organizar cronológicamente las prestaciones musculares en relación al espacio y al tiempo (Manno, 2011) a partir de un ritmo propuesto externamente o interiorizado por el propio deportista.

DESARROLLO Y COMPETENCIA DEL FÚTBOL FEMENINO

La Competencia Femenina.- Además del juego, las situaciones de competición serán también otro medio interesante a desarrollar con los chicos y chicas que practican deporte durante la edad escolar. En nuestro caso, la utilización de la competición se va a realizar siempre como un medio de motivación y aprendizaje de los alumnos y nunca como el fin último a conseguir. Es decir, la importancia de la

competición va a recaer en su incidencia en la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje y nunca en la consecución de resultados a corto plazo. En estas edades vamos a rechazar toda situación en la que la competición sirva como medio de discriminación y selección. (<http://www.efdeportes.com/efd31/id1.htm>)

Estamentos del Fútbol Femenino.- es una de las disciplinas deportivas que menos ha avanzado en su trayectoria. En casi sus 100 años de existencia el escaso progreso que ha vivido, ha llevado a tenerlo enraizado y estancado en un "divertimiento para las chicas". Su escasa o vaga profesionalización en los sectores que lo rodean (federación, técnicos, sponsorización...) ha conseguido y consigue en la actualidad que no se llegue a ver más allá que una actividad de ocio.

Se emitieron un documental sobre el fútbol femenino llamado "Cuestión de pelotas" y que abre los ojos para los que no se encuentran dentro de éste mundo (y también para los que están dentro). Además en el documental se critica de forma comprensible a los estamentos de la federación, a su forma de hacer las cosas y a su conveniencia en ese hacer.

Mitos del Fútbol Femenino.- “Circulan muchos mitos sobre las lesiones que se producen en el fútbol femenino. Como suele ocurrir, los casos más famosos inducen al error. En líneas generales, salvo contadas excepciones, la incidencia es de hecho menor entre las mujeres que juegan al fútbol que entre los hombres que practican este deporte.

Otra de las principales diferencias es el tipo de contusiones que sufren ambos colectivos. Las mujeres parecen más vulnerables que los hombres a los esguinces de tobillo, a los problemas de ligamentos de rodilla y a las conmociones cerebrales. Una de las más preocupantes por su recurrencia es la lesión del ligamento cruzado anterior de la rodilla, pues se diagnostica hasta diez veces más en las jugadoras que en los jugadores.

Las partes del cuerpo en las que habitualmente se sufren las lesiones coinciden prácticamente en los hombres y en las mujeres. Como es lógico, unos dos tercios de

todas ellas se producen en las piernas, especialmente en el tobillo, la rodilla y el muslo. La siguiente en importancia es la cabeza, seguida del tronco y los brazos. Las lesiones más frecuentes son las conmociones cerebrales; las distensiones, esguinces y roturas de ligamentos; y los desgarros o roturas de la fibra muscular. El esguince de tobillo es la más diagnosticada. Pese a todo, las lesiones no se deben aceptar impasiblemente como gajes del oficio. Los programas de prevención pueden reducir el riesgo, aunque hay que seguirlos con mucha regularidad (por ejemplo, tres veces o más por semana). En este aspecto, la importancia no estriba en lo que se haga, sino en hacerlo regularmente cita: (FIFA.com Septiembre 25 de 2007)

Procesos Técnicos Metodológicos del Fútbol

Métodos.- Metodología es una palabra compuesta por tres vocablos griegos: metà (“más allá”), odòs (“camino”) y logos (“estudio”) y representa la parte de la didáctica que trata sobre el conocimiento de los métodos de enseñanza, gracias a la cual podemos encontrar los caminos que nos llevan al aprendizaje de los jugadores. Es la parte de la didáctica referida a cómo actuar, referido a la enseñanza y al aprendizaje, lo cual exige el conocimiento de los métodos de enseñanza.

Según el diccionario de la lengua española, metodología es la “ciencia del método” y método es el “modo de hacer o decir con orden una cosa”. A este concepto de metodología hemos de unir otro que nos ayudará a alcanzar nuestro objetivo y este es el de didáctica ‘arte de enseñar’.

Así pues la metodología se debe entender como el conjunto de métodos tendientes a lograr el proceso de enseñanza-aprendizaje y sus objetivos establecidos empleando las teorías educativas correspondientes y adecuadas. Es importante la distinción entre el método (el procedimiento para alcanzar objetivos) y la metodología (el estudio de los métodos).

Medios a Utilizar.- El juego.- va a ser el medio más empleado para desarrollar motrizmente a los alumnos o jugadores durante las primeras etapas de formación. En una lógica aplicación de este medio parecería correcto que tras una primera etapa donde empleáramos sobre todo juegos simples, primer ciclo de primaria, pasaríamos

más tarde a utilizar los juegos pre-deportivos genéricos y específicos en el segundo y tercer ciclo. En la parte final de la fase de iniciación comenzaríamos a utilizar los deportes reducidos con las interesantes aportaciones pedagógicas y reglamentarias que plantean.

La competición.- Además del juego, las situaciones de competición serán también otro medio interesante a desarrollar con los chicos y chicas que practican deporte durante la edad escolar. En nuestro caso, la utilización de la competición se va a realizar siempre como un medio de motivación y aprendizaje de los alumnos y nunca como el fin último a conseguir. Es decir, la importancia de la competición va a recaer en su incidencia en la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje y nunca en la consecución de resultados a corto plazo. En estas edades vamos a rechazar toda situación en la que la competición sirva como medio de discriminación y selección.
Cita: (<http://www.efdeportes.com/efd31/id1.htm>)

Los mujeres tienen derecho a competir y a divertirse, pero que la competición debe ser y estar adaptada a las edades de nuestros alumnos. Por su parte, González (2008) apunta que el niño está preocupado por mejorar sus destrezas motrices y por la competición, sugiriendo que en la programación didáctica debemos utilizar el juego competitivo como medio de introducir al niño en la resolución de problemas motrices.

Fundamentos Técnicos.- “Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento; si es en beneficio propio se conoce como Técnica Individual, y si es en beneficio del conjunto, se entiende como Técnica Colectiva” (Citado de David Montiel 2010)

“Es el proceso o conjunto de procesos que se aprenden a través de los ejercicios, los cuales permiten realizar lo más racional y económicamente posible y con una máxima eficacia de una determinada tarea de movimiento” Tomado de (Bases teóricas del Entrenamiento Deportivo” de Juan Manuel García Manso, Pág.460)

Como se puede constatar, existen muchas interrogantes, que es necesario ir a su encuentro de la mejor manera e ir fijando los términos concienzudamente no solamente bajo mi punto de vista, sino, de otros autores que con sus aportaciones al campo deportivo colaboran a tener pos conceptos más claros. El Húngaro Arpad, entiende por técnica en general: “la manera de ejecutar los movimientos posibles del deporte en cuestión”. Cada clase de deporte necesita una técnica especial y a su vez entiende a técnica futbolística como: “el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol”. La divide en dos partes: movimientos sin balón y movimientos con balón. Los movimientos sin balón son: a) el correr y cambio de dirección del futbolista, b) el salto del futbolista, c) regate del futbolista sin balón (finta).

La Técnica Individual.- “La técnica futbolística comprende el grado de capacidad de controlar el balón correctamente en cualquier situación de juego, esto significa recibir y llevar el balón, conducirlo, driblar, jugarlo y tirar a portería con seguridad” (Citado por Entrenamiento del Fútbol 2ª edición de Gerhard Zeeb pág. 11)

“La técnica en fútbol es el compendio de la técnica individual y colectiva de los componentes de un mismo equipo, en el transcurso competitivo sobre el terreno de juego, supeditados a las mismas reglas.” (Cita Vázquez Santiago “fútbol: conceptos de la técnica” pág. 15)

La Técnica Colectiva.- “Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada.”(MONTIEL David “APUNTES DE TÉCNICA” www.entrenadores.info)

“Es el máximo rendimiento de dos o más jugadores del equipo en una acción espontánea, natural del juego con el mínimo esfuerzo y desarrollada con el menor número de superficies de contacto útiles (segmento, zona del balón).” (Vázquez Santiago “fútbol: conceptos de la técnica” pág. 39)

Constitución de las deportistas

Definición.- La adolescencia es un periodo en el desarrollo biológico, psicológico, sexual y social inmediatamente posterior a la niñez y que comienza con la pubertad. Su rango de duración varía según las diferentes fuentes y opiniones médicas, científicas y psicológicas, pero generalmente se enmarca su inicio entre los 10 a 12 años, y su finalización a los 19 o 20.

Para la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el período comprendido entre los 10 y 19 años y está comprendida dentro del período de la juventud -entre los 10 y los 24 años-. La pubertad o adolescencia inicial es la primera fase, comienza normalmente a los 10 años en las niñas y a los 11 en los niños y llega hasta los 14-15 años. La adolescencia media y tardía se extiende, hasta los 19 años. A la adolescencia le sigue la juventud plena, desde los 20 hasta los 24 años.

Algunos psicólogos consideran que la adolescencia abarca hasta los 21 años³ e incluso algunos autores han extendido en estudios recientes la adolescencia a los 25 años

Características.- La mujer deportista, se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situada entre la infancia y la edad adulta. Esta transición debe considerarse un fenómeno biológico, cultural y social.

Muchas culturas difieren respecto a cuál es la edad en la que las personas llegan a ser adultas. En diversas regiones, el paso de la adolescencia a la edad adulta va unido a ceremonias y/o fiestas, como por ejemplo en el BeneiMitzvá, que se celebra a los 12 años para las niñas y 13 años para los niños (12 Años para los niños ortodoxos).⁸ Aunque no existe un consenso sobre la edad en la que termina la adolescencia, psicólogos como Erik Erikson consideran que la adolescencia abarca desde los doce o trece años hasta los veinte o veintiún años.⁹ Según Erik Erikson, este período de los 13 a los 21 años es la búsqueda de la identidad, define al individuo para toda su vida adulta quedando plenamente consolidada la personalidad a partir de los 21 años.¹⁰ Sin embargo, no puede generalizarse, ya que el final de la adolescencia depende del

desarrollo psicológico, la edad exacta en que termina no es homogénea y dependerá de cada individuo etc.

Maduración Sexual.- En la adolescencia temprana y para ambos sexos, no hay gran desarrollo manifiesto de los caracteres sexuales secundarios, pero suceden cambios hormonales a nivel de la hipófisis, como el aumento en la concentración de gonadotropinas (hormona folículoestimulante) y de esteroides sexuales. Seguidamente aparecen cambios físicos, sobre todo cambios observados en la glándula mamaria de las niñas, los cambios genitales de los varones y el vello pubiano en ambos sexos.

El primer cambio identificable en la mayoría de las niñas es la aparición del botón mamario. La adolescencia en las mujeres comienza a los 10 o 12 años. Se caracteriza por un agrandamiento en el tejido glandular por debajo de la areola, consecuencia de la acción de los estrógenos producidos por el ovario. La edad de aparición es después de los 8 años; puede ser unilateral y permanecer así por un tiempo, y casi siempre es doloroso al simple roce. Al avanzar la adolescencia, el desarrollo mamario, además de ser cuantitativo, es cualitativo: la areola se hace más oscura y más grande, y sobresale del tejido circundante, aumenta el tejido glandular, se adquiere la forma definitiva, generalmente cónica, y se desarrollan los canalículos. Puede haber crecimiento asimétrico de las mamas.

Crecimiento y Desarrollo.- Desde el punto de vista práctico, los cambios habituales del crecimiento tienen tres grandes características: Se realizan en forma secuencial, es decir, unas características aparecen antes de que aparezcan otras, como es el caso del crecimiento de los senos antes de la aparición de la menstruación (o *regla* o *periodo*), el vello púbico antes que el axilar, los miembros inferiores crecen primero que el tronco, los testículos se incrementan antes que el pene, etc. El tiempo de comienzo, la magnitud y la velocidad de cada evento es considerablemente variable entre las edades y los sexos. Cada evento del crecimiento sigue la ley de la variabilidad individual del desarrollo. Cada individuo tiene una propia manera de ser y la conserva a través de los años de la adolescencia y en el que influyen diversos factores, como su origen étnico, su constitución genética o familiar, nutrición, funcionamiento endocrino y ambiente sociocultural. Basado en ello, la evaluación de

la maduración sexual suele ser más valiosa desde el punto de vista clínico que la edad cronológica, que es la correlación que por lo general preocupa a los padres y al mismo adolescente.

Cambios Físicos.-Los cambios biológicos y orgánicos durante la adolescencia marcan de modo casi definitivo el dimorfismo sexual. Estos cambios dependen en gran medida del tipo constitucional, factores genéticos y otros más circunstanciales como la nutrición o la presencia o no de determinados desbalances hormonales que no necesariamente tienen que ser patológicos. En ocasiones los adolescentes se preguntan el porqué de la diferencia en el desarrollo y la aparición de los caracteres sexuales entre unos y otros, y la respuesta puede encontrarse en cualquiera de los elementos señalados anteriormente. No obstante hay características que deben aparecer en una edad determinada, independientemente de las variables, por lo que se recomienda que ante cualquier inquietud se consulten a los especialistas en la temática.

Peso.-En las mujeres, durante la pubertad temprana, la ganancia de peso continúa siendo de 2 kg por año, pero luego experimenta una aceleración que llega a un máximo después de alcanzar el punto de velocidad máxima de crecimiento. En los varones, el peso coincide con la talla, es decir, de 100 a 200 gramos por año. El aumento del peso puberal viene a representar el 50 por ciento del peso ideal del individuo adulto*

Grasa Corporal.- La grasa corporal total aumenta en la pubertad temprana para ambos sexos. Más adelante, las mujeres depositan grasa de manera más rápida y más extensa que en los varones, con predominio en miembros superiores, tronco y parte superior del muslo. En condiciones no patológicas, en ningún momento de la pubertad se espera que las mujeres pierdan grasa, mientras que los varones en el crecimiento rápido, pierden grasa en los miembros y el tronco.

Cabeza.- La cabeza aumenta muy poco en tamaño, pero la cara se diferencia tomando aspecto de adulto, sobre todo por el reforzamiento mandibular, muy evidente en el varón y por los cambios en la nariz. Bajo las influencias de los

andrógenos se establece también una diferencia en la parte anterior del cartílago tiroideos y las cuerdas vocales, que tienen el triple de longitud en los niños que en las niñas.

Crecimiento Corporal.- El crecimiento muscular es un hecho sobresaliente, especialmente mientras dura el estirón de la estatura, con predominio en el varón, sobre todo por la acción de los andrógenos, que también influyen en la adquisición de la fuerza muscular. Por supuesto, el tamaño, la fuerza y la habilidad pueden no ser diferentes en un varón y una mujer, en función de la actividad física que desarrollen.

Los Test de Valoración en el Fútbol.- La mejor forma de comprobar si cualquier actividad que se esté realizando va por buen camino, es buscar una forma científica de medirla, a esto lo denomina evaluación. Según lo que se quiera evaluar en el ámbito físico habrá dos grandes grupos.

Por un lado las pruebas de aptitud; que indican las condiciones generales que posee un individuo para realizar cualquier actividad física básica del individuo. Y por otro las pruebas de rendimiento específico o deportivo; las cuales indican el nivel del individuo en un deporte o exigencia determinada.

Ficha Médica.- Es un instrumento para controlar el estado de salud. Los resultados permiten conocer el estado óptimo de cada sujeto y con ello, facilitar la labor de los profesores de educación física, arrojando resultados cualitativos y cuantitativos referentes a la salud física.

Objetivos de los Test.- Los objetivos que persiguen los Test Físicos son:

- Diagnosticar el nivel del estado físico de los individuos.
- Mejorar y elevar el rendimiento físico individual y colectivo.
- Medir los niveles de entrenamiento de la aptitud física general y rendimiento específico.
- Planificar y aplicar un proceso de entrenamiento.
- Lograr el conocimiento de selección, preparación y planificación.

f. METODOLOGÍA

TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación se iniciará con un diagnóstico de la planificación para el desarrollo y competencia del fútbol femenino que se vienen cumpliendo en el cantón Yantzaza, para determinar las limitaciones sobre los conocimientos que tienen los docentes de Educación Física y entrenadores; de igual forma para establecer el nivel de incidencia a través de información sobre la planificación para el desarrollo y competencia del fútbol femenino; de igual forma, diagnosticar las características que tienen las adolescentes; así como, elaborar un plan de actividades para mejorar el desarrollo y competencia del fútbol; y, valorar el plan de actividades para el desarrollo y competencia del fútbol femenino del cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

El presente estudio es de tipo descriptivo - cualitativo, porque tiene como fin conocer cómo incide la falta de planificación del fútbol en las deportistas de 16 a 18 años impide el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el Cantón Yantzaza, para lo cual se realizará las recomendaciones respectivas para elevar la participación del fútbol femenino competitivo en esta localidad.

También la presente investigación es de tipo demostrativa – explicativa, ya que se busca demostrar mediante la aplicación de un proceso planificado mejorar la participación del fútbol femenino competitivo; por lo tanto, también es descriptiva, ya que permitirá mejorar el desarrollo y competencia del fútbol femenino a través de procesos metodológicos adecuados.

MÉTODOS

Los métodos a utilizarse son los siguientes.

El Método Científico.- permitirá profundizar, señalar el procedimiento y el tratamiento de los problemas en relación a la problemática investigada, en este caso, la planificación y desarrollo del fútbol femenino competitivo.

El Método Inductivo - Deductivo.- facilitará inferir criterios y llegar a organizar la problemática general de nuestro tema de investigación partiendo de las relaciones y circunstancias individuales. El método deductivo ayudará a extraer principios, leyes, normas generales aplicables y sustentables a la investigación, lo que se llegará a establecer las conclusiones particulares.

El Método Analítico - Sintético.- consistirá en establecer las relaciones entre los distintos objetos, agrupándolos en una unidad completa; esto implicará llegar a vislumbrar la esencia del todo, conocer sus aspectos y relaciones básicas en una perspectiva de totalidad, lo que apoyará al cumplimiento de los objetivos e inferir conclusiones finales.

El Método Hipotético.- ayudará fundamentalmente en el planteamiento y verificación de las hipótesis, la cual será desarrollada y contrastada con la información empírica que se recopilará. Con toda la información básica que se obtendrá se procederá a su ordenamiento, clasificación y organización siguiendo una secuencia lógica y racional.

El Método Descriptivo.- facilitará el análisis e interpretación de los resultados del trabajo de campo que se desarrollará durante todo el proceso de investigación y desarrollo de la propuesta, para luego realizar la presentación en gráficos, cuadros, porcentajes los mismos que servirán para la interpretación cuantitativa y cualitativa, permitiendo tomar las decisiones más objetivas para contrastar las hipótesis planteadas.

TECNICAS E INSTRUMENTOS

Las técnicas que se aplicarán serán:

La Observación.- consiste en la percepción directa del fenómeno de estudio. Esta técnica nos permitirá vincularnos directamente con la realidad existente acerca de la implementación de la aplicación de la planificación para mejorar el desarrollo del fútbol femenino.

La encuesta.- es una técnica de recolección por medio de preguntas cuyas respuestas son escritas las mismas que nos permitirán conocer de manera directa y clara la información acerca de la factibilidad de los objetivos y el plan de actividades. Se lo aplicará a los entrenadores de fútbol y deportistas.

Test Físicos - Técnicos.- instrumento que a través de una lista de control se registrará el resultados de logro y desarrollo de los procesos técnicos metodológicos que se operativizan en la formación y consolidación del fútbol femenino. Los test de habilidades que serán aplicados son: Test de recepción del balón, test del pase, test de conducción del balón, test de la finta y el test de tiro a distancia.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población que participará en el presente estudio descriptivo, estará distribuida de la siguiente manera

6 entrenadores de fútbol de las instituciones deportivas y educativas de la localidad.

25 señoritas en edades entre 16 a 18 años, que entrenan el fútbol femenino de la ciudad de Yantzaza, con los que se realizara el trabajo de entrenamiento deportivo.

HIPÓTESIS

HIPÓTESIS GENERAL

- La planificación que se cumple, permite el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

HIPÓTESIS OPERACIONALES

H1: La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no contribuye al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

H2: Las competencias que se realizan, no son suficientes en el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

HIPÓTESIS UNO:La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no contribuye al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

VARIABLES	INDICADORES	ÁMBITO	ITEMS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
PLANIFICACIÓN	Tipo de Planificación	Entrenadores	¿Planifica para el entrenamiento en base a la competencia que va a participar? ¿La planificación que realiza es?: - Macro planificación - Meso planificación - Planificación diaria.	Encuesta	Cuestionario
	Objetivos		¿Los objetivos que plantea contribuyen al desarrollo del fútbol femenino? ¿Los objetivos que se plantean en el entrenamiento son? - Para la competencia - Para el desarrollo técnico - táctico - Para el desarrollo técnico.	Entrevista	Lista de Cotejo
	Periodización	Deportistas	¿La planificación que desarrolla está orientada a?: - Enseñanza - Desarrollo - Competencia	Guía de Observación	Lista de Control
DESARROLLO	Métodos de preparación	Entrenadores	¿Señale los métodos que utiliza en la preparación? - Directo - Mixto - Fragmentario - Repeticiones - Otros	Encuesta	Cuestionario
	Medios y recursos		¿Días de entrenamiento semanal? 3 – 4 – 5 – 6 días	Entrevista	Lista de Cotejo
	Tiempo	Deportista	¿Señale cuántas Competencias al año participa con su club? Una – Dos – Tres – Más de tres	Guía de Observación	Lista de Control
	Habilidades y destrezas deportivas		¿Señale las Habilidades y destrezas motrices básicas que desarrollan en el entrenamiento? Dominio del balón; Conducción; Fintas o drible; Pases: Remates; Cabeceo y Recepciones Velocidad – Fuerza – Resistencia y Flexibilidad.	Test Deportivos	Baterías

HIPÓTESIS DOS: Las competencias que se realizan, no son suficientes en el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.

VARIABLES	INDICADORES	ÁMBITO	ITEMS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
COMPETENCIA	Tipo de Competencias Ámbito de las Competencias Dirección de competencia	Entrenadores Deportistas	<p>¿Las competencias que realizan son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón? ¿Señale el tipo de competencia que se participa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estudiantil - Inter clubes - Inter instituciones <p>¿Señale el ámbito en la que se realiza la competencia del fútbol?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Barrial - Cantonal - Provincial - Regional - Nacional <p>¿La competencia que participa tiene el propósito de?:</p> <ul style="list-style-type: none"> - estudiantiles cantonal - estudiantiles provincial - estudiantiles nacional - Barriales - inter clubs - Barrial Nacional 	Encuesta Entrevista Guía de Observación	Cuestionario Lista de Cotejo Lista de Control
DESARROLLO	Instituciones que realizan: Tiempo de la competencia Evaluación del desarrollo	Entrenadores Deportista	<p>¿Señale la institución que la organiza las competencias del fútbol femenino?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Liga Deportiva Cantonal de Yantzaza. - Federación Deportiva Estudiantil - Federación Deportiva de ZMCH - Clubes institucionales - Empresa Privada <p>¿Señale el tiempo de duración de la competencia de fútbol femenino que participa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una semana - Más de dos semanas - Uno a dos meses - Más de dos meses <p>¿Señale quién realiza la evaluación del desarrollo de la competencia?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Directivos de Liga deportiva cantonal - Directivos de Federación Deportiva Estudiantil - Directivos de Federación Deportiva de ZMCH - Entrenadores de Fútbol - No se realiza. 	Encuesta Entrevista Guía de Observación Test Deportivos	Cuestionario Lista de Cotejo Lista de Control

g. CRONOGRAMA

Ord	ACTIVIDADES	2014																2015																				
		SEPT.				OCTUB.				NOV.				DIC.				ENERO				FEBR.				MARZO				ABRIL				MAYO				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
01	Determinación Problemática	■	■																																			
02	Elaboración del Proyecto			■	■	■	■	■	■																													
03	Aprobación del proyecto								■																													
04	Nombramiento de Director de Tesis								■																													
05	Trabajo de campo									■	■	■	■	■	■	■	■																					
06	Tabulación de Instrumentos																	■	■	■	■	■																
07	Elaboración Primer Borrador																					■	■															
08	Presentación de la tesis																									■												
09	Correcciones																									■	■											
10	Presentación al Tribunal																													■								
11	Proceso de graduación																													■	■	■	■					
12	Graduación en Público																																				■	

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

INGRESOS

Los ingresos que demandan esta investigación estarán financiados con recursos propios de la investigadora, los mismos que ascienden a la cantidad de \$ 1,064.00, los mismos que serán invertidos en materiales, equipos y papelería en general.

EGRESOS

Los egresos están dados de acuerdo al gasto de materiales, equipos, papelería, alimentación, bibliografía, hospedaje, gastos administrativos, trabajo de campo e Internet, los mismos que se prevén tener un egreso de mil trescientos dólares.

Humanos

- Un director
- Tres miembros de calificación
- La Tesista
- 6 entrenadores de fútbol femenino.
- 25 señoritas deportistas entre 16 a 18 años del cantón Yantzaza.

Económicos

Cantidad	Descripción	V. Unitario	V. Total
1	Suministros de Computador	\$ 100.00	\$ 100.00
1	Cámara digital	\$ 200.00	\$ 200.00
2	Alquiler de Infocus	\$ 20.00	\$ 20.00
1	Reproducción de Videos	\$ 10.00	\$ 30.00
70	Impresión de Cuestionarios	\$ 30.00	\$ 60.00
3	Anillados y Ejemplares.	\$ 15.00	\$ 35.00
500	Hojas de papel Bond A 4	\$ 0.03	\$ 15.00
4	Empastados de Tesis	\$ 10.00	\$ 40.00
2	Cartuchos a blanco y negro	\$ 22.00	\$ 44.00
2	Cartuchos a color	\$ 22.00	\$ 44.00
2	Cds	\$ 1,00	\$ 2,00
1	Flash Memory	\$ 30.00	\$ 30.00
	Transporte (10)	\$ 10.00	\$ 100.00
	Alimentación (12)	\$ 20.00	\$ 240.00
200	Copias	\$ 0.02	\$ 4.00
	Imprevistos	\$ 100.00	\$ 100.00
TOTAL:			\$ 1,064.00

Equipos

- Computadora
- Infocus
- Grabadora
- Cámara digital
- Flash memory
- CDS

Materiales

- Hojas papel bond A4
- Papel para los instrumentos
- Cartuchos tinta blanco/negro y color
- Anillados de borradores.
- Encuadernación ejemplares de tesis

- Pastas ejemplar de tesis
- Copias Xerox
- Transporte
- Alimentación
- Papelería y material de escritorio

i. BIBLIOGRAFÍA

15. **ARBOLEDA A.**, Alimentación Sana Fuente de Vida, Santa Fe de Bogotá (Col.) Voluntad S.A., 2010
16. **ALVAREZ DEL VILLAR**, Carlos, La Preparación Física del Fútbol basada en el Atletismo, Madrid, Gymnos, 2010.
17. **BLANCO NESPEIRA**, Alfonso, 1000 Ejercicios de Preparación Física Volumen II, Paidotribo, Barcelona, 2009.
18. **CARLA WRAY** Roggiero El fútbol femenino en el Ecuador, Guayaquil Ecuador, 2010
19. **CARRIÓN**, Fernando, El Fútbol como práctica de Identificación Colectiva, 2009.
20. **CERÓN** , Juan Futbol Femenino, Quito Ecuador, 2010
21. **CERVERA**, Emilio, Alimentación y Dioterapia, Mc-Graw Hill, Madrid, 2011.
22. **EIBMANN**, Hans-Jorg, Dr. (e.d).: *Fútbol Base. Programas de entrenamiento 12-13 años*. Primera Edición, Editorial Paidotribo, Impreso en España.
23. **FRAILE ARANDA**, Antonio. *Metodología de la enseñanza y entrenamiento deportivo aplicada al fútbol*. Escuela Nacional de Entrenadores. Madrid, 2009
24. **FIFA** Coaching: Jean-Paul Brigger (FIFA), Michel Ritschard (Suiza) 2010
25. **GARCÍA DOMÍNGUEZ**, J.A. *Apuntes de técnica del curso de entrenadores de fútbol Nivel 1*. Escuela de entrenadores de Castilla y León, 2010
26. **HARRE**, Dietrich. Teoría del entrenamiento Deportivo, 2009.
27. **STEFANO**, d` Octavio, *El entrenamiento del joven futbolista*, Primera edición, Editorial Paidotribo, impreso en España 2009.

28. **TORRELLES**, Sans Alex, (e.d.):*Fútbol Base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación*, Primera Edición, Editorial Paidotrivo, Impreso en España.

Fuentes Electrónicas:

- www.futbolbase.com/horst/25razones.php
- <http://es.fifa.com/aboutfifa/developing/pitchequipment/football/testcriteria.html>
- <http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/propuest/propuest.htm>
- www.indeportesantioquia.gov.co/contratacion/verdetobserva.asp?dato=140&item=3

ANEXOS

Anexo 1

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

ENCUESTA APLICADA A LOS ENTRENADORES

OBJETIVO: conocer sobre la planificación para el desarrollo y la competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.

OBSERVACIONES: marque con una (X) en la alternativa que usted creyere conveniente. La información será eminentemente confidencial

PREGUNTAS

- 1) ¿Usted Planifica para el entrenamiento del fútbol en base a la competencia que va a participar?

SI ____ NO ____ EN PARTE ____

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

- 2) ¿La planificación que realiza la hace con la respectiva anticipación?:

- Macroplanificación () Mesoplanificación ()
- Planifica Diariamente ()

- 3) ¿Los objetivos que plantea contribuyen al desarrollo del fútbol femenino?

SI ____ NO ____ EN PARTE ____

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

- 4) ¿Qué tipo de objetivos que se plantean en el entrenamiento son?

- Para la competencia ()
- Para el desarrollo técnico - táctico ()
- Para el desarrollo técnico ()

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

- 5) ¿La planificación que desarrolla está orientada a?

- Enseñanza () Desarrollo () Competencia ()

- 6) ¿Señale los métodos que utiliza en la preparación?

Directo () Mixto () Indirecto ()
Repeticiones () Fragmentario () Otros: ()...

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

7) ¿Días de entrenamiento que realiza a la semana?

3 días () 4 días () 5 días () 6 días () Más de 6 días ()

8) ¿Señale cuántas Competencias al año participa con su club?

Una vez () Dos veces () Tres veces () Más de tres ()

9) ¿Señale las Habilidades y destrezas motrices básicas que desarrollan en el entrenamiento?

Dominio del balón () Conducción () Fintas o drible ()
Pases () Remates () Cabeceo ()
Recepciones ()

10) Las competencias que realizan son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón?

SI ____ NO ____ EN PARTE ____

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

11) ¿Señale el tipo de competencia que se participa?

- Estudiantil ()
- Inter clubes ()
- Inter instituciones ()

12) ¿Señale el ámbito en la que se realiza la competencia del fútbol?

Barrial () Cantonal () Provincial () Regional () Nacional ()

13) ¿La competencia que participa tiene el propósito de?:

Clasificatoria a juegos: () estudiantiles cantonal ()
Estudiantiles provincial () estudiantiles nacional ()
Barriales () inter clubs ()
Barrial Nacional ()

14) ¿Señale la institución que la organiza las competencias del fútbol femenino?

Liga deportiva de Yantzaza. () Federación Deportiva Estudiantil ()
Federación Deportiva de ZMCH () Clubes institucionales ()
Empresa Privada ()

15) ¿Señale el tiempo de duración de la competencia de fútbol femenino que participa?

Una semana () Más de dos semanas ()
Uno a dos meses () Más de dos meses ()

16) ¿Señale quién realiza la evaluación del desarrollo de la competencia?

- Directivos de Liga deportiva cantonal ()
- Directivos de Federación Deportiva Estudiantil ()
- Directivos de Federación Deportiva de ZMCH ()
- Entrenadores de Fútbol ()
- No se realiza ()

Gracias por la Colaboración

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

ENCUESTA APLICADA A LAS DEPORTISTAS

OBJETIVO: conocer sobre la planificación para el desarrollo y la competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.

OBSERVACIONES: marque con una (X) en la alternativa que usted creyere conveniente. La información será eminentemente confidencial

PREGUNTAS

1. ¿Su entrenador Planifica en base de la competencia que van a participar?

SI ____ NO ____ EN PARTE ____

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

2. ¿La planificación que realiza su entrenador la realiza con anticipación?:

- Macroplanificación () Mesoplanificación()

- Planifica Diariamente () Desconozco ()

3. ¿Los objetivos que se cumplen en el entrenamiento contribuyen al desarrollo del fútbol femenino?

SI ____ NO ____ EN PARTE ____

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

4. ¿Los objetivos que plantea su entrenador para el entrenamiento son?:

○ Para la competencia()

○ Para el desarrollo técnico - táctico ()

○ Para el desarrollo técnico ()

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

5. ¿La planificación que desarrolla su entrenador está orientada a?:

- Enseñanza () Desarrollo () Competencia ()

6. ¿Señale sí conoce los métodos que utiliza su entrenador en el entrenamiento?

Directo () Mixto () Indirecto ()
Repeticiones () Fragmentario () Otros: ()...
Desconozco ()

7. ¿Días de entrenamiento que asiste a la semana?

3 días () 4 días () 5 días () 6 días () Más de 6 días ()

8. ¿Señale cuántas Competencias al año participa con su club?

Una vez () Dos veces () Tres veces () Más de tres ()

9. ¿Señale las Habilidades y destrezas motrices básicas que se desarrollan en el entrenamiento?

Dominio del balón () Conducción () Fintas o drible ()
Pases () Remates () Cabeceo ()
Recepciones ()

10. ¿Considera que las competencias que participa son suficientes para el desarrollo del fútbol femenino en el cantón?

SI ____ NO ____ EN PARTE ____

De acuerdo a la respuesta, señale por qué? _____

11. ¿Señale el tipo de competencia que se participa?

- Estudiantil ()
- Inter clubes ()
- Inter instituciones ()

12. ¿Señale el ámbito en la que se realiza la competencia del fútbol?

Barrial () Cantonal () Provincial () Regional () Nacional ()

13. ¿La competencia que participa tiene el propósito de?:

Clasificatoria a juegos: () estudiantiles cantonal ()
Estudiantiles provincial () estudiantiles nacional ()
Barriales () inter clubs ()
Barrial Nacional ()

14. ¿Señale la institución que la organiza las competencias del fútbol femenino?

Liga deportiva de Yantzaza. () Federación Deportiva Estudiantil ()

Federación Deportiva de ZMCH () Clubes institucionales ()
Empresa Privada ()

15. ¿Señale el tiempo de duración de la competencia de fútbol femenino que participa?

Una semana () Más de dos semanas ()

Uno a dos meses () Más de dos meses ()

Gracias por la Colaboración

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA**

**GUÍA DE OBSERVACIÓN AL PROCESO DE PLANIFICACIÓN PARA LA
ENSEÑANZA DEL FÚTBOL FEMENINO**

OBJETIVO: Conocer si la planificación que se viene cumpliendo, permite el desarrollo y la competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza.

ASPECTOS A OBSERVAR: **fecha:**

Ord	INDICADORES	Valoración		
		SI	NO	EN PARTE
01	Planifica para el entrenamiento en base a la competencia que va a participar	()	()	()
02	La planificación que realiza es: Macroplanificación Mesoplanificación Planifica diariamente	()	()	()
03	Los objetivos que plantea contribuyen al desarrollo del fútbol femenino	()	()	()
04	Los objetivos que se plantean en el entrenamiento son:	()	()	()
	Para la competencia	()	()	()
	Para el desarrollo técnico - táctico	()	()	()
	Para el desarrollo técnico	()	()	()
05	La planificación que se ejecuta está orientada a:			
	Enseñanza	()	()	()
	Desarrollo Competencia	() ()	() ()	() ()
06	Método que se utiliza en el entrenamiento:			
	Directo	()	()	()
	Mixto	()	()	()
	Indirecto	()	()	()
	Repeticiones Fragmentario	() ()	() ()	() ()
07	Habilidades y destrezas motrices básicas que desarrollan en el entrenamiento:	()	()	()
	Conducción	()	()	()
	Fintas o drible	()	()	()
	Pases	()	()	()
	Remates	()	()	()
	Cabeceo	()	()	()
	Recepciones	()	()	()

BATERIA DE HABILIDADES DEL FÚTBOL FEMENINO

Test N°1 RECEPCIÓN DEL BALÓN

Autor: Jorge Sánchez, Argentina, 2002

Objetivo: determinar la habilidad de recepción del balón en los deportistas de todas las categorías del fútbol, varones y mujeres.

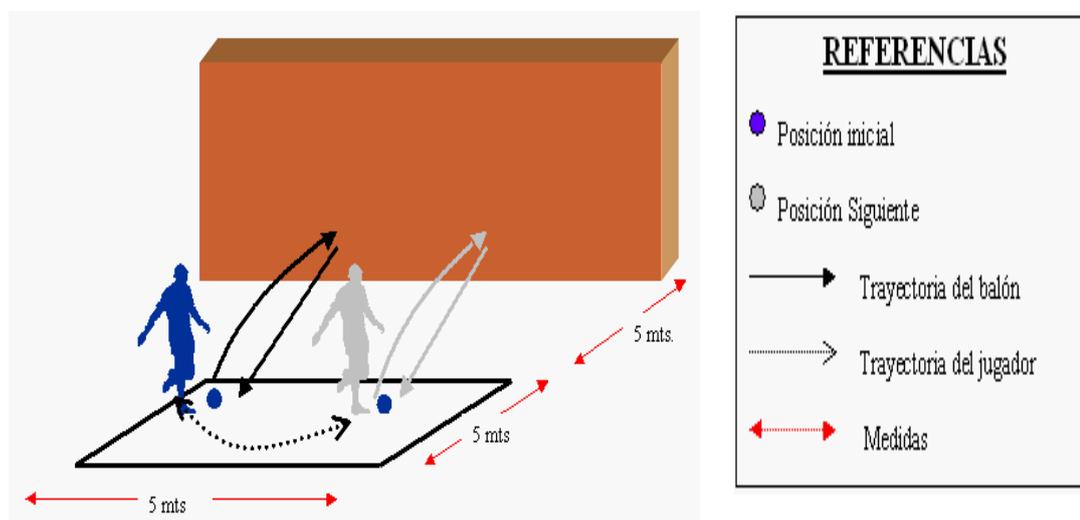
Desarrollo del Protocolo:

- El jugador se coloca en un terreno delimitado por un cuadrado de 5 mts, y separado 5 mts de la pared con dos balones.
- Hace rebotar la pelota contra la pared y la deja en el cuadrado, busca el otro balón y repite la acción.
- Se contabilizan la cantidad de veces que el balón rebota en la pared en 30 segundos.

Tabla de Valoración:

INDICE ALCANZADO (seg,)	EVALUACIÓN
25 a 30	Muy Bueno
20 a 24	Bueno
15 a 19	Regular
Menos de 15	Malo

Gráfico:



Test N° 2 EL PASE

Autor: Lic. Gustavo Sánchez, Test Físico Técnico en los Futbolistas. 2002, pág. 22

Objetivo: determinar el nivel de precisión del pase en los deportistas.

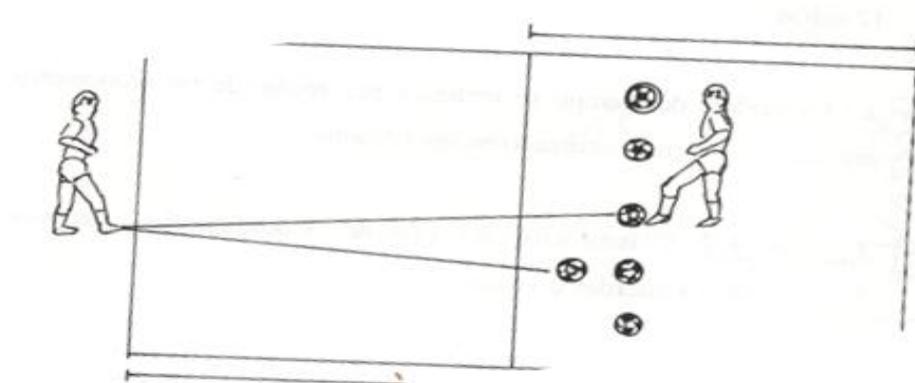
Desarrollo del Protocolo:

- Se utiliza un cuadrado grande trazado en el campo de fútbol con 10 mts de largo dividido en 2 rectángulos iguales de 5 metros cada uno.
- Se utiliza balones oficiales. Se colocan a 2 metros de distancia de los laterales y 4 metros entre el deportista y el preparador.
- El preparador debe golpear el balón de forma moderada suficiente para que llegue al final del cuadrado.
- Asimismo el deportista una vez que el balón haya pasado la línea divisoria de 5 metros golpeará inmediatamente tratando de hacer diana en cualquier parte del segundo rectángulo y antes de que llegue al final.
- Al deportista debe estar calzado con tacos y puede hacer dos pruebas de práctica.
- Cada deportista tendrá que golpear 20 veces y obtendrá 1 punto por cada balón que haga diana.

Tabla de Valoración:

INDICE ALCANZADO (repet.)	EVALUACIÓN
14 a 17	Muy Bueno
10 a 15	Bueno
6 a 9	Regular
Menos de 6	Malo

Gráfico:



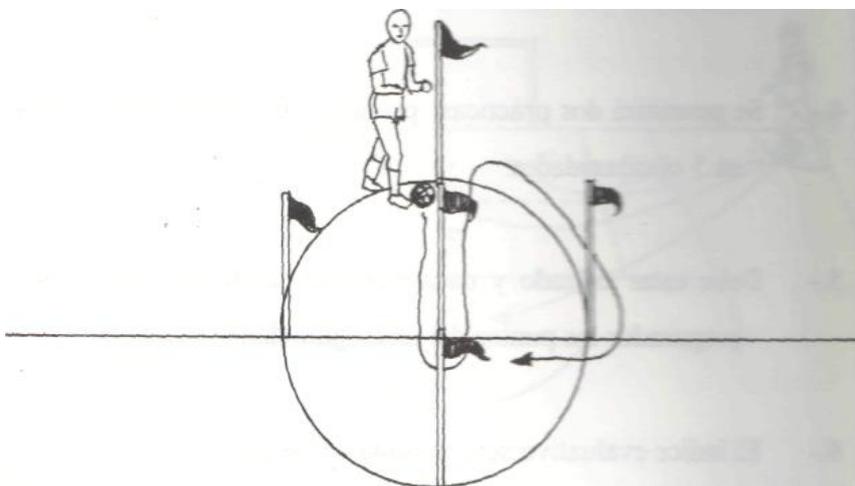
Test N° 3 CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN CÍRCULO

Autor: Lic. Gustavo Sánchez, Test Físico Técnico en los Futbolistas. 2002, pág. 36

Objetivo: determinar la habilidad de conducción del balón en los deportistas.

Desarrollo del Protocolo

- Se necesita un balón oficial de fútbol, 5 estacas de 1.50 metros, 1 cronómetro y el círculo central del campo de fútbol.
- El balón debe conducirse lo más cerca del pie. En el comienzo se conducirá hacia el centro del círculo para la vuelta a la estaca y volver al inicio por fuera del círculo, ir a la segunda estaca ir al centro y regresará, así se realizará la conducción hasta terminar el test explicado en el esquema.
- No debe tocar el balón con las manos, ni derribar las estacas, si no pasa por ella el test será anulado.
- El cronómetro será accionado en el momento en el que el deportista toca el balón por primera vez y terminará con todo el recorrido completo con la posición inicial.
- Será anotado el mejor en 2 oportunidades



Test N° 4 FINTA DEL BALÓN CON OBSTÁCULOS

Autor: Lic. Gustavo Sánchez, Test Físico Técnico en los Futbolistas. 2002, pág. 64

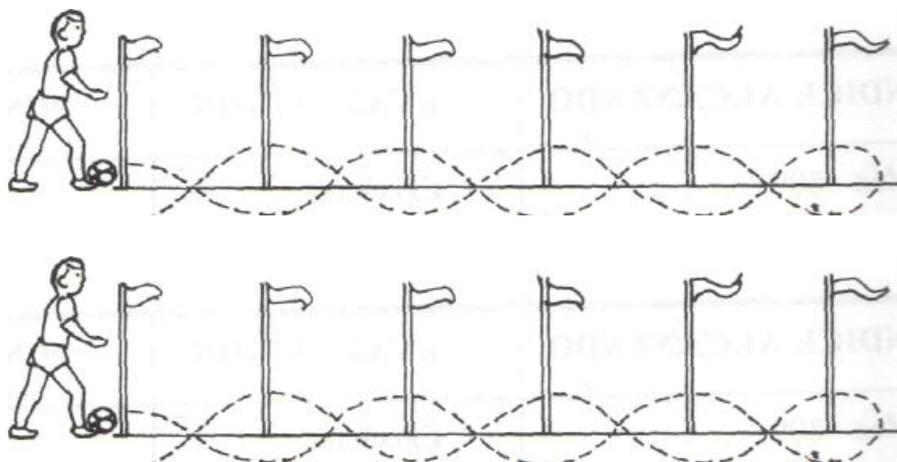
Objetivo: determinar la habilidad para realizar la finta en los deportistas.

Desarrollo del Protocolo

- Se realiza en el campo de juego.
- Se necesita estacas colocadas a lo largo de los 15mts.
- Se necesita un balón, cronometro y silbato

Tabla de Valoración:

INDICE ALCANZADO (seg.)	EVALUACIÓN
12.50 seg.	Muy Bueno
13 seg.	Bueno
13 a 20 seg.	Regular
Más de 13 seg.	Malo



Test N° 5 DE TIRO A DISTANCIA

Autor: Lic. Gustavo Sánchez, Test Físico Técnico en los Futbolistas. 2002, pág. 58

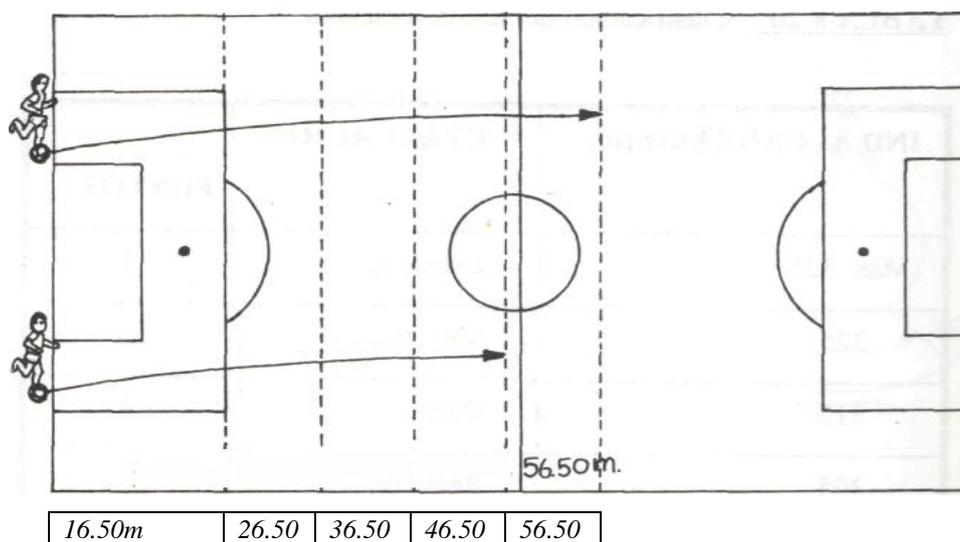
Objetivo: determinar el nivel de tiro de precisión en los deportistas.

Desarrollo del Protocolo

- Se realiza en el campo de juego.
- Se necesita una cinta métrica o tener el campo de juego marcado
- Tendrá la oportunidad de golpear el balón dos veces con cada pierna y se medirá la mayor distancia posible.
- Se realiza desde la línea de meta

Tabla de Valoración:

INDICE ALCANZADO (mts)		EVALUACIÓN
Pie derecho	- Pie izquierdo	
50	45	Muy Bueno
45	40	Bueno
40	35	Regular
- 35	- 30	Malo



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

TITULO DE LA TESIS: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014.

NOMBRE DEL TESISTA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

FECHA DEL TEST:.....

TEST 1: RECEPCION DEL BALÓN

Ord	DEPORTISTAS	VALORACIÓN			
		MB	B	R	M
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					

VALORACIÓN DEL TEST

ÍNDICE ALCANZADO (seg)	EVALUACIÓN
25 a 30	Muy Bueno
20 a 24	Bueno
15 a 19	Regular
Menos de 15	Malo

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

TITULO DE LA TESIS: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014.

NOMBRE DEL TESISISTA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

FECHA DEL TEST:.....

TEST 2: EL PASE

Ord	DEPORTISTAS	PRE TEST			
		MB	B	R	M
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					

VALORACIÓN DEL TEST

ÍNDICE ALCANZADO (rep)	EVALUACIÓN
14 a 17	MUY BUENO
10 a 15	BUENO
6 a 9	REGULAR
Menos de 6	MALO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

TITULO DE LA TESIS: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014.

NOMBRE DEL TESISISTA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

FECHA DEL TEST:.....

TEST 3: CONDUCCIÓN DEL BALÓN EN CÍRCULO

Ord	DEPORTISTAS	VALORACIÓN	
		1ERA OPORTUNIDAD	2DA OPORTUNIDAD
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08			
09			
10			
11			
12			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

TITULO DE LA TESIS: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014

NOMBRE DEL TESISTA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

FECHA DEL TEST:.....

TEST 4: FINTA DEL BALÓN CON OBSTÁCULOS

Ord	DEPORTISTAS	VALORACIÓN			
		MB	B	R	M
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					

VALORACIÓN DEL TEST

ÍNDICE ALCANZADO (SEG)	EVALUACIÓN
12.50 seg.	MUY BUENO
13 seg.	BUENO
13 a 20 seg.	REGULAR
Más de 13 seg.	MALO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES
TESIS DE GRADUACIÓN

TITULO DE LA TESIS: LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014

NOMBRE DEL TESISISTA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

FECHA DEL TEST:.....

TEST 5: TIRO A DISTANCIA

Ord	DEPORTISTAS	VALORACIÓN			
		M	B	R	M
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					

VALORACIÓN DEL TEST

INDICE ALCANZADO (mts)		EVALUACIÓN
Pie derecho	- Pie izquierdo	
50	45	MUY BUENO
45	40	BUENO
40	35	REGULAR
- 35	- 30	MALO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
AREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA

RESULTADOS DEL LAS BATERIAS DE LOS TEST DEPORTIVOS
DEL FÚTBOL

NOMBRE DEL TESISISTA: *Yadira Teresa Velásquez Castillo*

Ord	DEPORTISTAS	BATERIAS					
		Test 1 Recepción	Test 2 Pase	Test 3 Conducción	Test 4 Finta	Test 5 Tiro a Distancia	
						P. derecho	P. Izquierdo
01							
02							
03							
04							
05							
06							
07							
08							
09							
10							
11							

VALORACIÓN DEL TEST

INDICE ALCANZADO	Test 1	Test 2	Test 3	Test 4
Muy Bueno				
Bueno				
Regular				
Malo				

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TEMA	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS
<p style="text-align: center;">LA PLANIFICACIÓN DEL FÚTBOL FEMENINO, EL DESARROLLO Y LAS COMPETENCIAS EN EL CANTÓN YANTZAZA, PERÍODO 2014.</p>	<p style="text-align: center;">Problema Centra:</p> <p style="text-align: center;"><i>¿Cómo incide la planificación del fútbol femenino en el desarrollo y competencias en el Cantón Yantzaza, provincia de Zamora Chinchipe, en el período 2014?</i></p> <p style="text-align: center;"><u>Problemas Derivados</u></p> <p>D1: No existe planificación del entrenamiento en los clubes deportivos y centros educativos para la participación del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p> <p>D2: Limitada organización de competencias deportivas para el desarrollo del fútbol femenino, en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p>	<p style="text-align: center;"><u>General</u></p> <p>Evaluar cómo incide la planificación para el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el Cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, período 2014</p> <p style="text-align: center;"><u>Específicos:</u></p> <p>Conocer cómo se realiza la planificación del entrenamiento en los clubes deportivos y centros educativos para la participación del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p> <p>Determinar cómo se viene desarrollando el fútbol femenino, en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p> <p>Evaluar las competencias que se realizan fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe, y su influencia en la formación deportiva</p>	<p style="text-align: center;">GENERAL</p> <p>La planificación que se cumple, permite el desarrollo y competencia del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p> <p style="text-align: center;">ESPECÍFICAS</p> <p>H1: La planificación del entrenamiento que realizan los clubes deportivos y centros educativos no contribuye al desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p> <p>H2: Las competencias que se realizan, no son suficientes en el desarrollo del fútbol femenino en el cantón Yantzaza de la provincia de Zamora Chinchipe.</p>

REGISTRO DE EVIDENCIAS

Encuesta a entrenadores de fútbol femenino



DEPORTISTAS



APLICACIÓN DE LOS TEST



INDICE

PORTADA	i
CERTIFICACIÒN	ii
AUTORÍA	iii
CARTA DE AUTORIZACIÒN	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
MATRIZ DE ÀMBITO GEOGRÀFICO	vii
MAPA GEOGRÀFICO Y CROQUIS	vii
CROQUIS DE LA CIUDAD DE YANTZAZA	vii
ESQUEMA DE TESIS	viii
a. Titulo:	1
b. Resumen	2
Summary	3
c. Introducciòn.....	4
d. Revisiòn de la Literatura.....	7
PLANIFICACIÒN	7
Definición.....	10
Características.....	10
Planificaciòn del entrenamiento.....	11
FUTBOL FEMENINO	17
Definición.....	18
Historia.....	19
La mujer y el fùtbol.....	20
COMPETENCIA	22
La competencia femenina.....	22
PROCESOS TÈCNICOS METODOLÒGICOS DEL FÙTBOL	25
Métodos.....	25

La competición.....	26
Fundamentos técnicos.....	27
CONSTITUCIÓN DE LAS DEPORTISTA.....	29
Definición.....	29
Características.....	30
Maduración sexual.....	30
Crecimiento y desarrollo.....	31
e. Materiales y Métodos.....	35
f. Resultados.....	38
ENCUESTA APLICADA A LOS ENTRENADORES Y DEPORTISTAS DE FÚTBOL FEMENINO DE LA CIUDAD DE YANTZAZA	38
RESULTADOS DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN.....	58
RESULTADOS DEL TEST DE HABILIDADES.....	65
g. Discusión	72
HIPÓTESIS UNO	72
HIPÓTESIS DOS	75
h. Conclusiones:	79
i. Recomendaciones:	80
j. Bibliografía	81
k. Anexos:.....	83
TEMA	83
a.Tema:	84
b. Problemática:	85
c. Justificación.....	92
d. Objetivos.....	95
e. Marco teórico.....	96
f. Metodología.....	115
g. Cronograma.....	134
h. Presupuesto y financiamiento	135
i. Bibliografía	138
ANEXOS	140

MATRIZ DE CONSISTENCIA	158
REGISTRO DE EVIDENCIAS.....	159
APLICACIÓN DE LOS TEST	161
INDICE.....	162