



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y**  
**TECNOLOGÍAS**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y**  
**DEPORTE**

**Creación de una escuela de fútbol sala y el uso del tiempo libre en**  
**adolescentes**

Trabajo de Titulación para optar al título de Licenciado en Pedagogía de la  
Actividad Física y Deporte

**Autores:**

Andino Villa Cristhian Xavier  
Sinche Andrade Adrian Trinidad

**Tutor:**

MgSc. / Fausto Vinicio Sandoval Guampe

**Riobamba, Ecuador. 2024**

## DECLARATORIA DE AUTORÍA

Nosotros, Cristhian Xavier Andino Villa y Adrian Trinidad Sinche Andrade con cédula de ciudadanía 0604416107, 0604869222 autores del trabajo de investigación titulado: CREACIÓN DE UNA ESCUELA DE FÚTBOL SALA Y EL USO DEL TIEMPO LIBRE EN ADOLESCENTES, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, a la fecha de su presentación 14 de mayo de 2024.



Cristhian Xavier Andino Villa

C.I: 0604416107



Adrian Trinidad Sinche Andrade

C.I: 0604869222

## DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, MgSc. / Fausto Vinicio Sandoval Guampe catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: Creación de una escuela de Fútbol sala y el uso del tiempo libre en adolescentes, bajo la autoría de Cristhian Xavier Andino Villa y Adrian Trinidad Sinche Andrade por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 29 del mes de abril del 2024



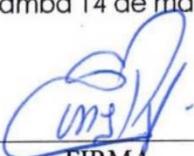
MgSc. / Fausto Vinicio Sandoval Guampe  
C.I: 0602280166

## CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Titulación para la evaluación del trabajo de investigación titulado **"LA CREACIÓN DE UNA ESCUELA DE FUTBOL SALA Y EL USO DEL TIEMPO LIBRE EN ADOLESCENTES"**, presentado por **Andino Villa Cristhian Xavier** con CC: **0604416107** y **Sinche Andrade Adrian** Trinidad con CC: **0604869222**, bajo la tutoría de Mgs Vinicio Sandoval; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

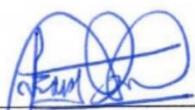
De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 14 de mayo del 2024

Mgs. Susana Paz V.  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL



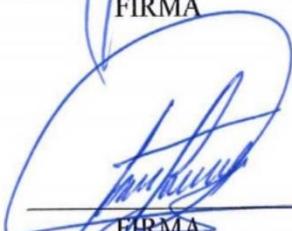
FIRMA

Mgs. Henry Gutiérrez  
MIEMBROS DEL TRIBUNAL



FIRMA

PhD. Antonio Cuji  
MIEMBROS DEL TRIBUNAL



FIRMA

Mgs Vinicio Sandoval  
TUTOR



FIRMA

# CERTIFICACIÓN

Que, **Andino Villa Cristhian Xavier** con CC: **0604416107** y **Sinche Andrade Adrian Trinidad** con CC: **0604869222** estudiantes de la Carrera **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, Facultad de Facultad de Ciencias de Educación, Humanas y Tecnologías; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado ” **LA CREACIÓN DE UNA ESCUELA DE FUTBOLSALA Y EL USO DEL TIEMPOLIBRE EN ADOLESCENTES**”, cumple con el 9%, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio Turnitin porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 29 de Abril del 2024



Mgs. Vinicio Sandoval  
**TUTOR(A)**

## **DEDICATORIA**

Dedico este proyecto, a Dios, quien me ha permitido culminar de manera satisfactoria este viaje de formación para ser docente y actor útil para la sociedad; además, dedico este logro a mi familia, abuelito desde el cielo, mi novia Andrea, seres queridos y cercanos, que nos han acompañado a lo largo de este caminar alrededor de 4 años, por las sendas del conocimiento.

*Cristhian Xavier Andino Villa*

Dedico este proyecto, a Dios, quien me ha permitido culminar de manera satisfactoria este viaje de formación para ser docente y actor útil para la sociedad; además, dedico este logro a mi padre y madre por su apoyo, trabajo y sacrificio quienes con su esfuerzo no hicieron que me faltara nada durante este proceso académico, por último, a mi abuelita que desde el cielo siempre me cuida.

*Adrian Trinidad Sinche Andrade*

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios quien guio nuestro camino en esta maravillosa carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

Cerramos este momento dando gracias a todas las personas que nos inspiraron y alentaron en el desarrollo de nuestras carreras profesionales y el reconocimiento a la Universidad Nacional de Chimborazo que, con sus docentes, directivos y nuestro tutor permitieron la realización y culminación de este importante logro académico.

# ÍNDICE GENERAL

**DECLARATORIA DE AUTORÍA**

**DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR**

**CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL**

**CERTIFICADO ANTIPLAGIO**

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTO**

**ÍNDICE DE TABLAS**

**ÍNDICE DE FIGURAS**

**RESUMEN**

**ABSTRACT**

**CAPÍTULO I ..... 15**

**1. INTRODUCCIÓN ..... 15**

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA ..... 17

1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN ..... 18

1.2 JUSTIFICACIÓN ..... 19

1.3 Formulación del problema ..... 20

1.4 Objetivos ..... 20

1.4.1 Objetivo General ..... 20

1.4.2 Objetivo Específico ..... 20

**CAPÍTULO II ..... 21**

**2. MARCO TEÓRICO ..... 21**

2.1 FÚTBOL DE SALÓN ..... 21

2.1.1 Concepto ..... 21

2.1.2 Historia ..... 22

2.1.2.1 Historia del Futsal en el Ecuador ..... 22

2.1.3 Reglamentación .....	22
2.1.4 Fundamentación.....	24
2.1.5 Tácticas .....	25
2.1.5.1 Tácticas defensivas .....	25
2.1.5.2 Tácticas ofensivas .....	26
2.2 ESCUELAS DEPORTIVAS .....	28
2.2.1 Conceptos.....	28
2.2.2 Objetivos de las escuelas deportivas.....	28
2.2.3 Componentes básicos de la escuela deportiva .....	29
2.3 TIEMPO LIBRE.....	30
2.3.1 Concepto .....	30
2.3.2 Ocio.....	31
2.3.3 Características del Ocio .....	31
2.3.4 Beneficios del tiempo libre .....	32
2.3.5 Actividades sugeridas para optimizar el tiempo libre.....	32
<b>CAPÍTULO III .....</b>	<b>34</b>
<b>3. METODOLOGÍA .....</b>	<b>34</b>
3.1 Tipo de estudio, diseño y enfoque.....	34
3.2 Localización.....	34
3.3 Técnicas de recolección.....	34
3.4 Instrumento de recolección de datos.....	35
3.5 Población de estudio y tamaño de muestra.....	35
3.6 Métodos de análisis y procesamiento de datos .....	36
<b>CAPÍTULO IV .....</b>	<b>37</b>
<b>4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....</b>	<b>37</b>

4.1 RESULTADOS .....	37
4.1.1 Interpretación de resultados .....	37
4.2 DISCUSIÓN .....	46
<b>CAPÍTULO V .....</b>	<b>47</b>
<b>5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>47</b>
5.1 Conclusiones .....	47
5.2 Recomendaciones .....	48
<b>CAPÍTULO VI .....</b>	<b>49</b>
<b>6. PROGRAMA DEPORTIVO.....</b>	<b>49</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>75</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>77</b>

## ÍNDICE DE TABLAS.

<b>Tabla 1 SEXO</b> .....	35
<b>Tabla 2 EDAD</b> .....	36

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> .....	37
<b>Figura 2</b> .....	38
<b>Figura 3</b> .....	39
<b>Figura 4</b> .....	40
<b>Figura 5</b> .....	41
<b>Figura 6</b> .....	42
<b>Figura 7</b> .....	43
<b>Figura 8</b> .....	44
<b>Figura 9</b> .....	45

## **RESUMEN**

La presente investigación se centra en la creación de una escuela de fútbol sala como una estrategia para aprovechar el tiempo libre en los adolescentes. El fútbol sala es una variante del fútbol, se ha convertido en una disciplina popular en todo el mundo, su práctica no solo promueve la actividad física sino también el desarrollo integral de los jóvenes. En la cual hemos observado la necesidad de crear una escuela de Fútbol Sala llamado “Academia Andinos” en la Provincia de Chimborazo, cantón Pallatanga, mediante este trabajo investigativo lograremos que los adolescentes aprovechen su tiempo libre practicando el fútbol sala. Se trabajó con encuestas validadas por la “Institución de Educación Secundaria INFUESTO” las cuales nos ayudaron a saber las maneras positivas y negativas de como usan su tiempo libre, además identificamos la factibilidad de poder crear una escuela de fútbol sala en el Cantón Pallatanga. Nuestra escuela cuenta con un proyecto deportivo a largo plazo, la cual consta de una estructura funcional y planes de entrenamiento, se divide en tres categorías: la pre juvenil (12-13 años), cadete (14-15 años) y juvenil (16-18 años) donde cada categoría cuenta con sus horarios respectivos. En conclusión, nuestra Academia de futsal “Los Andinos” tiene una gran acogida por los adolescentes quienes han optado por apoyar este nuevo espacio deportivo. Con nuestro proyecto queremos que cada adolescente explote su máximo potencial con una formación integral donde se conjugue la parte deportiva, psicológica, emocional y espiritual, así podremos descubrir nuevos talentos mediante este deporte.

**Palabras claves:** fútbol sala, tiempo libre, proyecto deportivo, adolescentes

## ABSTRACT

The main objective of this research study was to focus on the creation of a futsal school as a strategy to make the best of the free time for adolescents. Futsal is a variant of football, it has become a popular discipline practiced around the world, not only promotes physical activity but also the integral development of young people. In which we have observed the need to create an indoor football school called 'Academia Andinos' in the province of Chimborazo, Pallatanga canton, through this research work we will achieve that adolescents take advantage of their free time practicing indoor football. We worked with surveys validated by the 'Institution of Secondary Education INFIESTO' which helped us to know the positive and negative ways of how they use their free time, we also identified the feasibility of creating an indoor football school in the canton of Pallatanga. Our school has a long-term sports project, which consists of a functional structure and training plans, is divided into three categories: pre-juvenile (12-13 years), cadet (14-15 years) and youth (16-18 years) where each category has its respective schedules. In conclusion, our futsal academy 'Los Andinos' has been very well received by teenagers who have chosen to support this new sporting space. With our project we want each teenager to exploit their full potential with a comprehensive training where the sporting, psychological, emotional and spiritual part is combined, so we can discover new talents through this sport.

**Keywords:** indoor football, free time, sports project, teenagers.



Escaneado electrónicamente por:  
MARCO ANTONIO  
AQUINO ROJAS

Reviewed by:  
Marco Antonio Aquino  
ENGLISH PROFESSOR  
C.C. 1753456134

## **CAPÍTULO I.**

### **1. INTRODUCCIÓN.**

El fútbol sala ha ganado gran popularidad entre los adolescentes, posicionándose como uno de sus deportes favoritos. Su formato reducido y dinámico lo convierte en una opción ideal para practicar tanto en espacios cerrados como al aire libre, lo que facilita su accesibilidad y adaptabilidad a diferentes entornos.

Ante el creciente interés por este deporte, surge la iniciativa de crear una escuela de fútbol sala que brinde a los jóvenes la oportunidad de practicar este deporte de manera organizada y estructurada. Esta escuela busca ofrecer un espacio donde los adolescentes puedan desarrollar sus habilidades futbolísticas, fomentar el trabajo en equipo, promover valores como la disciplina y el respeto, en definitiva, disfrutar de los beneficios físicos, mentales y sociales que el fútbol sala proporciona.

La creación de una escuela de fútbol sala va más allá de la enseñanza de técnicas y tácticas del juego. Su objetivo principal es promover valores como la responsabilidad, honestidad, tolerancia en los adolescentes. A través de la práctica del fútbol sala, los jóvenes pueden desarrollar habilidades físicas y mentales, mejorar su condición física, aprender a competir de forma sana y adquirir valores fundamentales para su vida personal y social.

La escuela contará con una estructura funcional y un equipo profesional altamente calificado para garantizar el éxito de sus estudiantes. En el área médica, habrá un médico deportivo, un fisioterapeuta y un nutricionista para el cuidado integral de la salud de los adolescentes. En el área deportiva, dos entrenadores de fútbol y un entrenador de arqueros se encargarán de la formación y el entrenamiento de los jugadores. En el área de ingresos económicos, una contadora se encargará de la gestión financiera, mientras que, en el área de marketing, un diseñador gráfico y un agente de publicidad se encargarán de la promoción y difusión de la escuela.

La visión de la escuela de fútbol sala es formar futuros profesionales de este deporte, lo que implica un gran compromiso y responsabilidad para trabajar con los adolescentes de manera efectiva.

La metodología del proyecto se divide en:

**CAPÍTULO I.-** Introducción (Planteamiento del Problema, Justificación, Formulación de Problema, Objetivos).

**CAPÍTULO II:** Marco Teórico (Se encuentran las descriptas las variables dependientes e independientes de nuestra investigación)

**CAPÍTULO III:** Marco Metodológico (Tipo de Investigación, Diseño de la Investigación, Tipo de estudio, Población y Muestra, Técnicas e Instrumentos, Técnicas de Procesamiento para el análisis)

**CAPÍTULO IV:** Análisis e Interpretación de resultados (Tabulación de las preguntas en una hoja estableciendo cuadros, gráficos, análisis e interpretación de resultados, discusión)

**CAPÍTULO V:** Conclusiones y Recomendaciones (Se establecen las conclusiones y recomendaciones basadas en los resultados obtenidos y dan respuesta a los objetivos específicos).

**CAPÍTULO VI:** Se visualiza el programa deportivo, Referencias Bibliográficas y anexos.

## **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La falta de actividad física en los adolescentes a nivel mundial es una preocupación importante. Según un estudio dirigido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), más del 80% de los adolescentes en edad escolar no alcanzan el nivel mínimo recomendado de una hora de actividad física al día. En la sociedad actual, los adolescentes se enfrentan a múltiples distracciones y tentaciones negativas que pueden perjudicar un mal uso de su tiempo libre (ONU, 2019).

En Ecuador no existen políticas de Estado claras que promuevan la participación actividades recreativas. En el espacio escolar encontramos la ausencia de estrategias integrales de educación complementaria y uso del tiempo libre que fomenten espacios de participación estudiantil y formas de organización de la sociedad. Los docentes no tienen la capacitación adecuada para realizar actividades complementarias que generen espacios participativos para la niñez y adolescencia (Observatorio Social del Ecuador, 2018).

En el Cantón Pallatanga la falta de oferta de escuelas deportivas, recreativas y culturales, ha hecho que se limite las opciones de los adolescentes a poner en prácticas sus habilidades y destrezas. Esto puede llevar a que los jóvenes opten por alternativas menos saludables para ocupar su tiempo libre, como el sedentarismo, la adicción a internet o las conductas de riesgo.

Por esta razón surge la necesidad de la creación de una escuela de fútbol sala, que brinde a los adolescentes una opción constructiva y saludable para utilizar su tiempo libre de manera positiva, dando a conocer que el fútbol sala es un deporte que fomenta la actividad física, el trabajo en equipo, la disciplina y la superación personal. Además, ofrece la oportunidad de socializar y desarrollar habilidades de liderazgo.

## **1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

En la actualidad la práctica del fútbol de salón en Ecuador ha experimentado un crecimiento constante gracias a la gestión de la Federación Ecuatoriana de Fútbol (FEF) y los esfuerzos de todos los actores involucrados en esta disciplina.

En el ámbito local se practica el fútbol de salón, donde en los espacios deportivos se organizan campeonatos en diferentes categorías apoyando así la cultura deportiva en la población infantil, cadete y juvenil. Al establecer una escuela de fútbol de salón, se brinda a los jóvenes la oportunidad de desarrollarse en un programa de formación deportiva enfocado en el fútbol de salón, teniendo en cuenta su edad. Además, se fomenta la colaboración de los padres de familia a que concienticen a sus hijos a no meterlos en un campeonato para que participen sin saber las técnicas y estrategias que en el fútbol de salón se requieren si no orientarlos a que se integren a una escuela de formación deportiva la cual está capacitada para ese proceso de formación.

Por otro lado, en el ámbito de la educación superior en las Universidades Libre Cundinamarca, se puede constatar que hay demasiado material teórico que hace énfasis en el fútbol de salón y de la formación de escuelas deportivas; sin embargo en la Universidad Libre de Colombia se halló un documento de gran aporte al proyecto cuyo nombre es “Diseño metodológico e implementación de una escuela deportiva de fútbol de salón para el aprovechamiento del tiempo libre de los niños en edades de 6 a 14 años del barrio Villagladys en la localidad de Engativá” por Jimmy Alexander Acosta Rodríguez, en el año 2014, el cual nos puede aportar bases para encaminar de una mejor manera este proyecto.

Después de haber realizado la investigación nos damos cuenta que las escuelas de formación deportiva son una buena alternativa para el aprovechamiento del tiempo libre en la población de adolescentes, ya que el desarrollo motor que en el deporte se emplea es fundamental, por lo que en las otras actividades que realizan no hay movimiento continuo empleando todo los músculos del cuerpo si no que a lo contrario están perdiendo energías y perjudicando el sentido de la vista por medios electrónicos.

### 1.3 JUSTIFICACIÓN

Desde su nacimiento en Uruguay hasta la actualidad, el fútbol sala ha sufrido cambios constantes y se ha convertido en una excelente opción de ocio para los adolescentes. Es importante destacar la evolución del deporte en cuanto a la inclusión, lo que se evidencia en la creación de campeonatos femeninos a nivel mundial y europeo, lo que demuestra el compromiso del deporte con la igualdad de oportunidades.

La factibilidad del proyecto de fútbol sala en el Barrio San Pedro depende de la disponibilidad de espacios adecuados para su práctica. Se requieren canchas de menor tamaño que las del fútbol tradicional, las cuales si se dispone en los diferentes barrios del Cantón Pallatanga.

Más allá de sus beneficios físicos, el fútbol sala también es esencial para el desarrollo cognitivo y emocional de los adolescentes. Las actividades deportivas ayudan a los adolescentes a socializar, canalizar su energía de manera positiva y fomentar valores como el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto por las normas. Además, las actividades deportivas ayudan a combatir el sedentarismo, la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles, mejorando así su calidad de vida.

La propuesta de implementar el fútbol sala como herramienta de ocio para adolescentes se distingue por su originalidad y relevancia en el contexto actual. Este enfoque abre la puerta a explorar diversas posibilidades, como la adaptación de las reglas para ajustarse a las necesidades y capacidades de los adolescentes del Cantón Pallatanga-Barrio San Pedro, la promoción de ligas locales que fomenten la participación activa y el desarrollo de un fuerte sentido de comunidad, y la implementación de estrategias para garantizar la inclusión de todos los adolescentes, independientemente de su nivel de experiencia o habilidades.

## **1.4 Formulación del problema**

¿Cuál es el impacto de la creación de una escuela de fútbol sala en el uso del tiempo libre de los adolescentes en el cantón Pallatanga, Barrio San Pedro?

## **1.5 Objetivos**

### **1.5.1 Objetivo General**

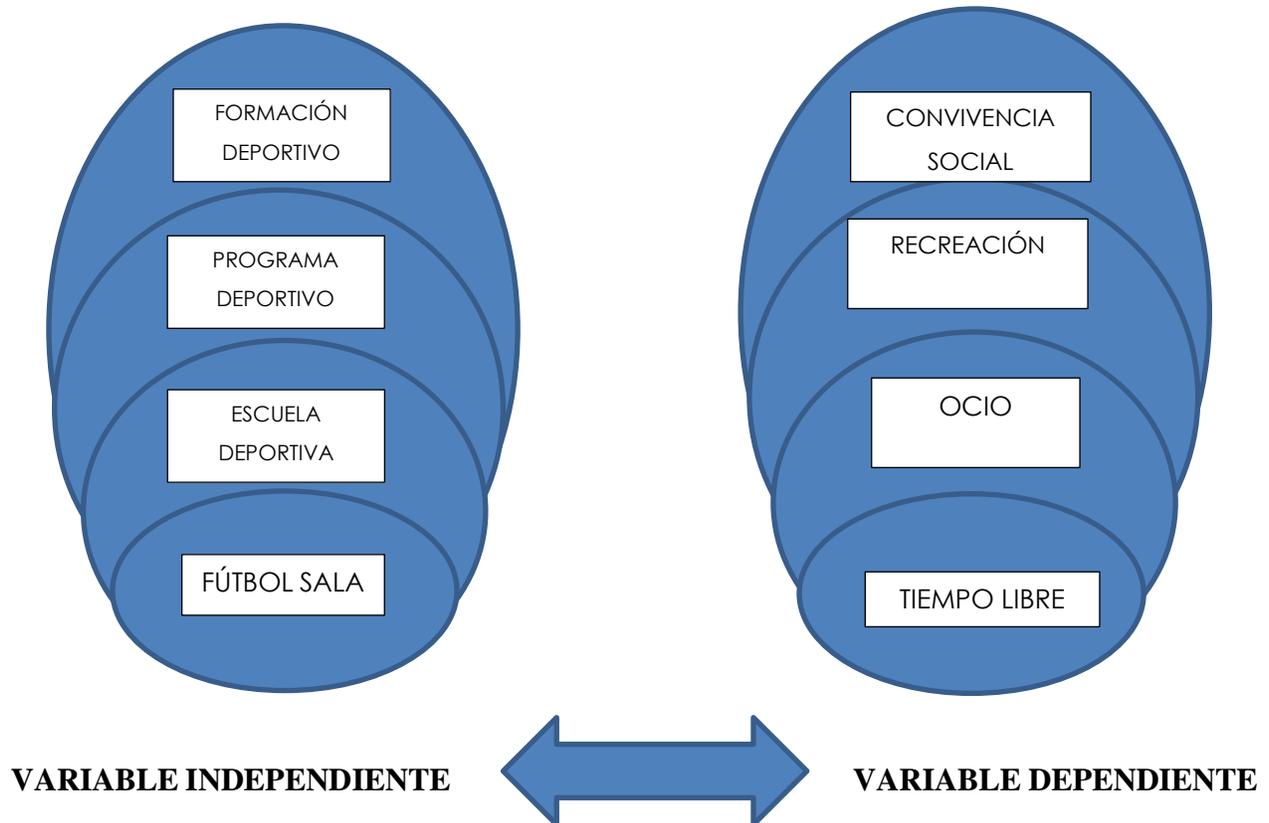
- Establecer la creación de una escuela de fútbol sala y el uso del tiempo libre en adolescentes.

### **1.5.2 Objetivos Específicos**

- Analizar el uso del tiempo libre en adolescentes del cantón de Pallatanga, Barrio San Pedro.
- Diagnosticar la necesidad de la creación de la escuela de futbol sala para los adolescentes del cantón de Pallatanga, Barrio San Pedro.
- Desarrollar un programa sobre la escuela de futbol sala para los adolescentes del cantón de Pallatanga, Barrio San Pedro.

## CAPÍTULO II.

### 2. MARCO TEÓRICO.



#### 2.1 FÚTBOL DE SALÓN

##### 2.1.1 Concepto

Según la Fédération Internationale de Football Association, (2020) y en su libro Reglas del Juego de Futsal (2020-2021), en el cual explica que el fútbol sala, fútbol de salón o futsal, es un deporte colectivo de pelota, el cual se practica por dos equipos de cinco jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro; este deporte surgió como una variación el fútbol, soccer, el waterpolo, voleibol, balón mano y el baloncesto también hacen aportes para el desarrollo de este, tomando de estos no solo partes de sus reglamentos sino también algunas técnicas de juego.

### **2.1.2 Historia**

Según Fédération Internationale de Football Association, (2020) el futsal, término derivado de la contracción de "fútbol" y "sala", también conocido como "fútbol de salón", se ha convertido en una práctica habitual en la mayoría de las asociaciones miembro de la FIFA desde hace varias décadas.

- **1930:** Juan Carlos Ceriani, profesor de educación física en Montevideo, Uruguay, ideó un nuevo deporte de fútbol para jugarse en salas cubiertas, para proteger a los jugadores de las inclemencias del tiempo.
- **1949:** el brasileño Asdrúbal do Nascimento se encargó de crear las primeras reglas oficiales del futsal.
- **1965:** se fundó la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón, y posteriormente.
- **1971:** se estableció la Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), presidida por el futuro presidente de la FIFA, el Dr. João Havelange.
- **1985:** La FIFA tomó la decisión de incorporar el futsal a la familia del fútbol mundial, marcando un hito importante en su reconocimiento y expansión.
- **1996:** La FIFA publicó la primera lista oficial de árbitros de futsal
- **2005:** Se celebró en España el primer seminario para instructores de futsal de la FIFA, consolidando su compromiso con el desarrollo global de este deporte.

#### **2.1.2.1 Historia del Futsal en el Ecuador.**

Según López, (2015) el fútbol de salón fue introducido en Ecuador por el profesor Patricio Ortiz Alarcón en mayo de 1995. El primer torneo oficial se llevó a cabo en conjunto con la Dinader Nacional y dio inicio el 20 de mayo de ese mismo año en las instalaciones del coliseo de la PUCE en la ciudad de Quito. La presentación oficial del deporte se realizó el 23 de septiembre de 1995 en el Salón Auditorium Capitán Luis Arias Guerra de la Concentración Deportiva de Pichincha, y una semana después en el escenario del Coliseo Julio César Hidalgo.

### **2.1.3 Reglamentación**

Las reglas del fútbol sala han experimentado una constante evolución a lo largo de su historia, con la continua introducción de variantes, matizaciones e innovaciones en aras de mejorar el rendimiento y el espectáculo deportivo (Reglas del Fútbol Sala, 2020-2021). A continuación, se

presenta un resumen de las reglas del fútbol sala establecidas por la Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA):

### **Reglamento del fútbol sala.**

**Regla 1:** Superficie de juego: Define las dimensiones y características de la cancha donde se desarrolla el partido.

**Regla 2:** El balón: Especifica las características y medidas del balón utilizado en el juego.

**Regla 3:** Número de jugadores: Establece el número máximo y mínimo de jugadores que pueden integrar un equipo y participar en un partido.

**Regla 4:** Uniforme de los participantes: Detalla las características y requisitos que debe cumplir el uniforme de los jugadores, árbitros y oficiales de mesa.

**Regla 5:** Sustitución de jugadores: Regula el proceso de sustitución de jugadores durante el transcurso del partido.

**Regla 6:** El juego: Describe las normas generales que rigen el desarrollo del juego, incluyendo la duración del partido, el tiempo de posesión y la alternancia de la posesión del balón.

**Regla 7:** El inicio y la reanudación del juego: Establece los procedimientos para iniciar y reanudar el juego en diferentes situaciones, como el saque inicial, el saque de meta y los lanzamientos de esquina.

**Regla 8:** El gol: Define las condiciones para la validación de un gol y las situaciones en las que se considera nulo.

**Regla 9:** Infracciones: Enumera las diferentes faltas que pueden cometer los jugadores durante el juego y las sanciones correspondientes.

**Regla 10:** Faltas acumulables y tiros libres: Regula la acumulación de faltas y la ejecución de tiros libres directos e indirectos.

**Regla 11:** Penalización Máxima: Establece las condiciones para la ejecución del tiro penal y las consecuencias de su falla o conversión.

**Regla 12:** Saque de meta: Define el procedimiento para realizar un saque de meta tras el último toque del balón por un jugador del equipo defensor.

**Regla 13:** Lanzamientos: Regula la ejecución de lanzamientos de esquina, saques de banda y saques de puerta.

**Regla 14:** El árbitro, el segundo árbitro, el anotador y el cronometrador: Define las funciones y responsabilidades de los oficiales del partido, incluyendo el árbitro principal, el segundo árbitro, el anotador y el cronometrador.

#### **2.1.4 Fundamentación**

La Federation Internationale de Football Association, (2020) explica sobre el pase, control, conducción, regate y tiro son las técnicas básicas que constituyen el fundamento del juego ofensivo en el fútbol sala. Su correcta ejecución y dominio son esenciales para el desarrollo de un juego fluido, efectivo y exitoso.

**El pase:** considerado el primer eslabón del juego ofensivo, exige una gran concentración mental y equilibrio corporal para su correcta ejecución. La precisión y el timing adecuados en el envío del balón son cruciales para conectar con los compañeros y generar oportunidades de gol.

**El control:** Un buen control del balón garantiza la posesión del mismo y permite iniciar la siguiente acción con rapidez y eficacia. Para ello, es fundamental disminuir la velocidad del balón al momento del contacto, evitando rigidez en la parte del cuerpo utilizada para el control.

**La conducción:** La conducción del balón ya sea en superficies duras o lisas, requiere mantener una estrecha conexión entre el balón y el pie, al punto de considerarlo una extensión de este. La vista debe centrarse en el desarrollo del juego, no en el balón, para ampliar el campo visual y tomar decisiones tácticas efectivas.

La habilidad de controlar y mover el balón con el pie de manera efectiva se conoce como conducción de balón. Mantener el control del balón mientras se mueve por el campo de juego para evitar que los oponentes lo roben. Es una habilidad crucial en el fútbol que requiere una combinación de técnica, control y coordinación para mantener la posesión y avanzar hacia el objetivo contrario (Sandoval, 2024).

**El regate:** se convierte en una herramienta fundamental en el fútbol sala, ya que permite romper la organización defensiva del rival y crear superioridad numérica. Su imprevisibilidad genera dudas e inseguridad en el oponente, abriendo espacios para el ataque.

**El tiro:** El tiro a gol representa la culminación del juego ofensivo y la acción técnica más decisiva para alcanzar un resultado positivo en el partido. La precisión, la potencia y la colocación del disparo son claves para vencer al portero y marcar goles.

### 2.1.5 Tácticas

En el fútbol sala, las tácticas se definen como la acción técnica individual o colectiva en respuesta a situaciones problemáticas que surgen durante el juego. Se ordenan en función de la intención del equipo, ya sea ofensiva (para marcar un gol) o defensiva (para evitar que el oponente marque).

Pierre Parlebas (1981) define: “Los juegos deportivos como situaciones-tipo de interacción social, cooperación y enfrentamiento (ataque y defensa)” (p. 13).

Las tácticas de fútbol sala incluyen la teoría y la práctica de diferentes sistemas de juego en cada partido. El entrenador, quien actúa como estratega en la elección y aplicación de las diversas tácticas, debe capacitar a los jugadores para ejecutarlas correctamente.

#### 2.1.5.1 Tácticas defensivas

En el fútbol sala, las acciones defensivas se componen de una serie de procedimientos y movimientos cuyo objetivo principal es impedir que el equipo contrario marque un gol en la propia portería. Estas acciones se basan en la combinación de conductas motrices de cooperación y oposición.

Las conductas motrices de cooperación se enfocan en la coordinación y el trabajo en equipo entre los jugadores defensivos. Esto incluye la comunicación efectiva, la marcación zonal o individual, la ayuda mutua y la anticipación a las jugadas del rival.

Las conductas motrices de oposición se centran en la confrontación directa con el jugador que posee el balón, especialmente en el momento de la recepción, el control o el pase. Para ello, se emplean técnicas como la presión, la entrada, el corte y el achique (Acosta, 2014).

Según Cavaleiro (2010) afirma: “En el fútbol sala, la defensa se basa en una serie de principios que guían las acciones de los jugadores para recuperar el balón y evitar que el equipo contrario marque un gol” (p. 15). Estos principios se pueden resumir en los siguientes:

**Repliegue:** Movimiento de retroceso coordinado de los jugadores que han perdido el balón para recuperar su posición defensiva y proteger la portería.

**Temporización:** Acciones estratégicas para ganar tiempo sobre las jugadas del equipo contrario, como fingir una falta o demorar la reanudación del juego.

**Cobertura:** Posicionamiento de un jugador para brindar apoyo a un compañero que está siendo presionado o desbordado por un rival.

**Permuta:** Cambio de posición entre dos jugadores defensores cuando uno de ellos ha realizado una cobertura, asegurando la correcta organización defensiva.

**Cambio de oponente:** Intercambio de la responsabilidad de marcar a un jugador del equipo contrario entre dos defensores, manteniendo la presión y el control sobre el rival.

**Vigilancia:** Atención constante sobre los jugadores del equipo contrario que no están directamente involucrados en la jugada, anticipando sus posibles movimientos y pases.

**Anticipación:** Acción rápida para interceptar el balón antes de que llegue a un jugador del equipo contrario que se encuentra en posición de recibirlo o realizar una jugada peligrosa.

**Intercepción:** Interrumpir la trayectoria del balón para evitar que llegue a su destino previsto, ya sea mediante un bloqueo, un corte o un despeje.

**Entrada:** Acción enérgica para arrebatarse el balón al jugador del equipo contrario que lo posee, buscando recuperar la posesión del juego.

**Marcaje:** Acciones de seguimiento y presión sobre los jugadores del equipo contrario que no tienen el balón, con el objetivo de dificultar su recepción, pase o movimiento.

**Pressing:** Marcaje intenso y coordinado sobre los jugadores del equipo contrario que tienen el balón, con el fin de recuperar la posesión rápidamente o forzar un error.

### 2.1.5.2 Tácticas ofensivas

En el fútbol sala, las acciones ofensivas se componen de una serie de procedimientos y movimientos tácticos cuyo objetivo principal es marcar un gol en la portería contraria. Estas acciones se basan en la combinación de conductas motrices de cooperación y oposición (Acosta, 2014).

**Cooperación:** Las conductas motrices de cooperación se enfocan en la coordinación y el trabajo en equipo entre los jugadores ofensivos. Esto incluye la comunicación efectiva, los pases precisos, los movimientos coordinados y la creación de espacios para la recepción y el disparo.

**Oposición:** Las conductas motrices de oposición se centran en superar la defensa del equipo contrario, buscando situaciones de superioridad ya sea psicológica, posicional o numérica. Para ello, se emplean técnicas como el desmarque, el regate, el pase en profundidad y el tiro a gol. Según Cavaleiro (2010) afirma: “En el fútbol sala, el ataque se basa en una serie de principios que guían las acciones de los jugadores para llegar a la portería contraria y marcar un gol” (p. 15). Estos principios se pueden resumir en los siguientes:

**Ataque:** Acción coordinada de uno o varios jugadores para progresar hacia la portería rival, con el objetivo de crear oportunidades de gol.

**Contraataque:** Movimiento rápido y organizado de uno o varios jugadores en respuesta a la recuperación del balón, aprovechando la desorganización del equipo contrario para sorprenderlo y generar una jugada de peligro.

**Desmarque:** Movimiento inteligente de un jugador para liberarse de la marca del rival y crear espacios libres en el campo de juego, facilitando la recepción de un pase y la progresión del ataque.

**Rotaciones:** Cambio de posición coordinado entre los jugadores para mantener el equilibrio defensivo y ofensivo, dificultando la lectura del juego al equipo contrario y creando espacios para la circulación del balón y el ataque.

**Espacios libres:** Identificación, ocupación y aprovechamiento de los espacios vacíos en el campo de juego, tanto para la circulación del balón como para la creación de oportunidades de gol.

**Apoyos:** Movimientos de acercamiento de los compañeros al jugador que posee el balón para brindarle opciones de pase y facilitar la progresión del ataque.

**Bloqueos:** Acciones de obstrucción del movimiento de los jugadores del equipo contrario para impedir su acceso al balón y proteger la posesión del mismo.

**Temporización:** Control del ritmo de juego para ralentizar la progresión del ataque cuando no se perciben opciones claras de gol, conservando la posesión del balón y evitando una pérdida precipitada.

## 2.2 ESCUELAS DEPORTIVAS

### 2.2.1 Concepto

La Escuela Deportiva es un proyecto innovador que tiene como objetivo principal brindar a niños y niñas la oportunidad de iniciarse en una variedad de disciplinas deportivas desde una perspectiva lúdica y respetuosa de las capacidades individuales de cada uno.

A través de un enfoque pedagógico integral, la Escuela Deportiva busca fomentar el desarrollo físico, social y emocional de los participantes, promoviendo valores como la cooperación, el respeto y la responsabilidad en un ambiente de aprendizaje divertido y motivante (Segarra, 2024).

Según Torres (2012), una Escuela Deportiva se define como un conjunto de actividades programadas con un objetivo específico: el conocimiento teórico-práctico de la actividad física, abarcando los distintos ámbitos de participación del individuo.

La creación de una Escuela Deportiva responde al interés de la administración o las instituciones públicas por fomentar el deporte entre los jóvenes y adultos de la ciudad, buscando generar grupos de aficionados con especial dedicación y pasión por la actividad física. Pertenecer a una Escuela Deportiva se convierte en un motivo de orgullo para sus miembros (Castro & Marmol, 2010).

La necesidad de tener una Escuela de Fútbol Base donde se podrá nutrir de futuros talentos deportivos para la Provincia y el País, así también como resultado de la investigación hemos sembrado la cultura del deporte con conocimientos científicos basados en la búsqueda de nuevos talentos (Tocto, 2010)

### 2.2.2 Objetivos de las escuelas deportivas

El deporte escolar ofrece una amplia gama de beneficios para los estudiantes, tanto en el ámbito físico como psicológico y social. Entre los más importantes se encuentran:

**Adquisición de hábitos saludables:** Se fomenta la enseñanza de contenidos conceptuales y los beneficios del deporte para incentivar la adopción de hábitos relacionados con la actividad física, promoviendo un estilo de vida saludable.

**Entrenamiento de la aptitud física:** Se implementan metodologías que favorecen el aprendizaje de habilidades y destrezas deportivas, contribuyendo al desarrollo de la motricidad fina y gruesa, la coordinación y el equilibrio.

**Mejora de las capacidades físicas:** A través de la práctica del deporte escolar se logra entrenar y desarrollar capacidades físicas como la resistencia, la fuerza, la velocidad y la flexibilidad, sentando las bases para una condición física óptima.

**Interés por la práctica continuada del deporte:** La instrucción escolar sobre el deporte física y mentalmente puede despertar en algunos estudiantes el interés por practicar deportes fuera de las horas de clase, promoviendo la actividad física como un hábito de vida.

**Enseñanza de la integración y el trabajo en equipo:** El deporte escolar se basa principalmente en el trabajo en equipo, a través de la práctica, se logra establecer las bases para la comunicación, la colaboración y la coordinación en grupo, fomentando valores como la cooperación, la responsabilidad y el respeto.

**Aumento de la autoestima y la seguridad en sí mismo:** Mediante el desarrollo de actividades físicas, el estudiante comienza a conocer sus habilidades y capacidades físicas, psicológicas y sociales, lo que contribuye a aumentar su autoestima y seguridad en sí mismo.

**Enseñanza del respeto hacia los demás:** En los juegos deportivos, el respeto por los compañeros de equipo y de equipos externos es un principio fundamental que debe ser inculcado, promoviendo valores como la tolerancia, la empatía y la deportividad.

**Enseñanza del respeto a las reglas y normas:** Se les enseña a los estudiantes que los deportes se rigen por reglas y normas que deben cumplirse para el buen desenvolvimiento y correcta realización de las actividades, fomentando el sentido de la responsabilidad y la disciplina.

**Desarrollo de habilidades de estrategia:** La competición y cooperación en conjunto durante las actividades deportivas contribuyen al desarrollo de habilidades de estrategia, planificación y toma de decisiones, tanto a nivel individual como en equipo.

### **2.2.3 Componentes básicos de la escuela deportiva**

“La capacitación del personal docente y técnico debe enfocarse en el desarrollo de habilidades y conocimientos específicos para el trabajo con niños en el ámbito deportivo” (Acosta, 2014). Esto incluye aspectos como:

**Pedagogía de la educación física:** Dominio de metodologías y estrategias de enseñanza-aprendizaje adaptadas a las características y necesidades de los niños en el contexto deportivo.

**Desarrollo motor y psicomotriz:** Comprensión de las etapas del desarrollo motor y psicomotriz en la infancia, y la capacidad de diseñar actividades que promuevan el desarrollo integral de los niños.

**Psicología del deporte:** Conocimiento de los aspectos psicológicos que influyen en la participación y el rendimiento deportivo en la infancia, y la capacidad de manejar situaciones emocionales y fomentar valores positivos en los niños.

**Primeros auxilios:** Capacitación en la atención básica de lesiones y situaciones de emergencia que puedan presentarse durante la práctica deportiva.

**Importancia de la formación especializada:** Un equipo docente y técnico altamente capacitado en las áreas de educación física, recreación y deportes es fundamental para garantizar la seguridad, el disfrute y el desarrollo integral de los niños que participan en programas deportivos. Su experiencia y conocimientos especializados les permiten crear un ambiente de aprendizaje seguro y motivante, fomentar la participación de los niños, y contribuir a su formación como deportistas y personas de bien.

**Requisitos para ingresar:** Los niños y jóvenes entre los seis (6) y catorce (14) años de edad pueden participar en las Escuelas de Formación y Tecnificación Deportiva, siempre que cumplan con las características específicas de cada deporte.

**Deportes disponibles:** Las Escuelas de Formación y Tecnificación Deportiva pueden abarcar una amplia gama de disciplinas deportivas, priorizando aquellas con mayor potencial de desarrollo y aceptación.

**Calendario:** Las actividades se desarrollarán en jornadas contrarias a la educación formal, y los sábados, con una intensidad mínima de dos (2) sesiones semanales.

## **2.3 TIEMPO LIBRE**

### **2.3.1 Concepto**

El tiempo libre se define como el lapso del que dispone un individuo para dedicarlo a actividades de su agrado, ajenas a las obligaciones laborales o formativas. Se trata de un momento crucial para desconectar de la rutina y enfocarse en aquellas acciones que generan satisfacción personal.

El tiempo libre se define como el periodo de tiempo que una persona tiene disponible para realizar actividades voluntarias que le generan satisfacción y que no están relacionadas con sus obligaciones laborales o formativas. El término "tiempo libre" proviene del latín "tempus" (tiempo) y "liber" (libre) (Tiempo Libre, 2022).

El tiempo libre puede ser usado activamente para realizar actividades obtenidas durante el trabajo, el estudio o el descanso, mejorando el rendimiento personal y profesional. La sociedad es fundamental en brindar educación y formación integral para adolescentes, incluyendo desarrollo físico, deportivo y recreativo, para mejorar su rendimiento (Morales, 2023).

### **2.3.2 Ocio**

El ocio no se limita a un simple pasatiempo o descanso; se configura como un espacio esencial para el crecimiento personal completo. El ocio brinda a las personas la oportunidad de desarrollar sus habilidades, ampliar su conocimiento y explorar nuevas dimensiones de su ser en este sentido. Se convierte en un lugar ideal para la interacción, la cooperación y el fortalecimiento de las relaciones comunitarias. Las personas experimentan un sentido de pertenencia, mejoran la cohesión social y contribuyen al bienestar colectivo participando en actividades de ocio compartidas (Quintana & Ortuzar, 2016).

### **2.3.3 Características del Ocio**

Disponibilidad de tiempo libre: el ocio se realiza en el espacio de tiempo que le queda al hombre "tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales" (Llul, 2011).

- Actitud personal, es decir, el comportamiento que adopta el individuo frente a un tiempo desinteresado, satisfactorio y de reencuentro consigo mismo, al cual "se entrega de manera voluntaria".
- Conjunto de ocupaciones o práctica de actividades que aparecen condensadas en las famosas tres d: "descanso, diversión, desarrollo".

### 2.3.4 Beneficios del Tiempo Libre

Numerosos son los beneficios desde el punto de vista físico que se pueden lograr con una adecuada ocupación del tiempo libre, en cuanto al desarrollo de capacidades físicas tales como la fuerza, la rapidez, la resistencia, además de los valores morales que se desarrollan entre ellos, las relaciones humanas, colectivismo, camaradería, voluntariedad, perseverancia, buena conducta, donde ese adolescente utilizará su tiempo libre en actividades que contribuyan a su formación general (Camejo, 2019).

- **Mejora tu salud mental:** La dedicación de tiempo a actividades recreativas es esencial para el bienestar mental de las personas. Estos momentos de soledad y felicidad personal permiten una introspección profunda, lo que puede conducir a una mayor claridad mental y una toma de decisiones más efectiva.
- **Eleva tu creatividad:** Dedicar tiempo a actividades recreativas no solo permite descansar y disfrutar, sino que también fomenta la creatividad y la innovación. Las personas tienen la libertad de explorar ideas, experimentar con diferentes enfoques y encontrar soluciones innovadoras a diversos desafíos al liberarse de las obligaciones cotidianas.
- **Fortalece tus habilidades sociales:** El tiempo libre no solo brinda oportunidades para descansar y disfrutar personalmente, sino que también es un lugar ideal para promover el crecimiento social. Dedicar tiempo a actividades sociales como salir con amigos, jugar ajedrez o pasar tiempo con la familia ayuda a las personas a mejorar su comunicación, establecer relaciones afectivas y construir relaciones significativas.

### 2.3.5 Actividades sugeridas para optimizar el tiempo libre

El tiempo libre no solo es un momento para descansar y desconectar, sino también una oportunidad para expandir tus horizontes y desarrollar nuevas habilidades. Carballosa (2017) da algunas ideas para aprovechar al máximo tu tiempo libre:

- **Desarrolla tus habilidades artísticas:** Explora tu creatividad a través de la pintura, la música, la escritura o la fotografía. Estas actividades te brindan la oportunidad de expresarte, relajarte y descubrir nuevos talentos.

- **Practica un deporte o actividad física:** La actividad física regular es fundamental para mantener una buena salud física y mental. Elige un deporte o actividad que te guste y disfruta de sus beneficios.
- **Explora la naturaleza:** Disfruta de la belleza y el aire fresco realizando caminatas, paseos en bicicleta o acampadas. Estas actividades te permiten relajarte, conectarte con la naturaleza y recargar energías.
- **Dedica tiempo a la meditación o la relajación:** Practicar meditación o técnicas de relajación te ayuda a reducir el estrés, mejorar tu concentración y aumentar tu bienestar mental y emocional.

## **CAPÍTULO III.**

### **3. METODOLOGÍA.**

#### **3.1 Tipo de estudio, diseño y enfoque**

El presente estudio es de tipo descriptivo y evaluativo porque esta investigación pretende describir la relación existente entre la creación de una escuela de fútbol sala y el uso del tiempo libre en los adolescentes. A la vez utilizamos una encuesta validada por la “INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SECUNDARIA INFIESTO” sobre el tiempo libre para saber la necesidad de la creación de la escuela de fútbol sala en el cantón Pallatanga, Barrio San Pedro, por ello hemos visto la necesidad de implementar nuestro programa deportivo teniendo una formación integral en cada adolescente.

El diseño de estudio es no experimental porque permite la manipulación de dos variables provenientes de la creación de la escuela de fútbol sala y el tiempo libre en los adolescentes.

En cuanto al enfoque de la investigación será de carácter mixto ya que representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar una interpretación de la información recabada y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio.

#### **3.2 Localización**

La presente investigación se realizará en la provincia de Chimborazo cantón Pallatanga – Barrio San Pedro, en las calles 10 de agosto y Rafael Reyes, lugar de referencia el parque del buen vivir.

#### **3.3 Técnicas de recolección**

En el presente trabajo se optó por una investigación cuantitativa, donde se aplicó una encuesta titulada: ¿Qué hacemos en nuestro tiempo libre? la cual se encuentra validada por la “INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SECUNDARIA INFIESTO” en el cual se planteó 10 preguntas para saber si existe o no la necesidad de crear una escuela de fútbol sala y como los adolescentes aprovechan su tiempo libre

La información se recolectará a través de encuestas estructuradas donde utilizamos principalmente preguntas cerradas, los encuestados deben seleccionar una respuesta de las

preguntas que contengan dichas encuestas. Después de recolectar los datos se realizará un análisis estadístico de cada pregunta y observar como la creación de la escuela de futsal puede ayudar al adolescente y llevar diferentes actividades en su tiempo de ocio.

### 3.4 Instrumento de recolección de datos.

El instrumento que utilizamos para la recolección de los datos fue a través del software EXCEL, la cual se trabajó con 10 preguntas que trata sobre como los adolescentes aprovechan o desaprovechan su tiempo libre.

### 3.5 Población de estudio y tamaño de muestra

Está previsto que la investigación se centre en un grupo de adolescentes de 12 a 18 años de edad, los cuáles serán encuestados el Barrio San Pedro, Cantón Pallatanga en la provincia de Chimborazo para determinar como la creación de la escuela de futsal puede ayudar a los adolescentes en su tiempo libre en las actividades de ocio.

Para la realización de nuestro trabajo de investigación se encuestó un total de 63 personas siendo la población de estudio a adolescentes de las cuales el tamaño de muestra sería un total de 63 adolescentes, donde 45 son varones y 18 mujeres existiendo adolescentes que participan activamente en actividades deportivas y otro grupo de adolescentes que no les gusta hacer deporte, esto nos permitirá analizar la diferencia en el uso del tiempo libre entre ambos grupos.

**Tabla 1**

Tabla del tamaño de la muestra de estudio

	SEXO	
	f1	%
Masculino	45	71%
Femenino	18	29%
<b>TOTAL</b>	63	100%

**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Tabla 2**

Tabla según diferentes edades.

EDAD		
	f1	%
12-13 años	14	22%
14-15 años	23	37%
16-18 años	26	41%
<b><i>TOTAL</i></b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024)

### **3.6 Métodos de análisis y procesamiento de datos**

El cuestionario que realizamos consta de 10 preguntas, las cuales 7 preguntas están relacionadas con el tiempo libre y las otras preguntas restantes para ver la necesidad de crear la escuela de futsal.

Las preguntas son de tipo cerradas y mixtas, es decir preguntas en las que se establecen todas las posibles respuestas a la pregunta o que los encuestados puedan elegir la opción otros. En las preguntas cerradas pusimos alternativas simples de una sola respuesta y preguntas mixtas de una o más respuestas.

## CAPÍTULO IV.

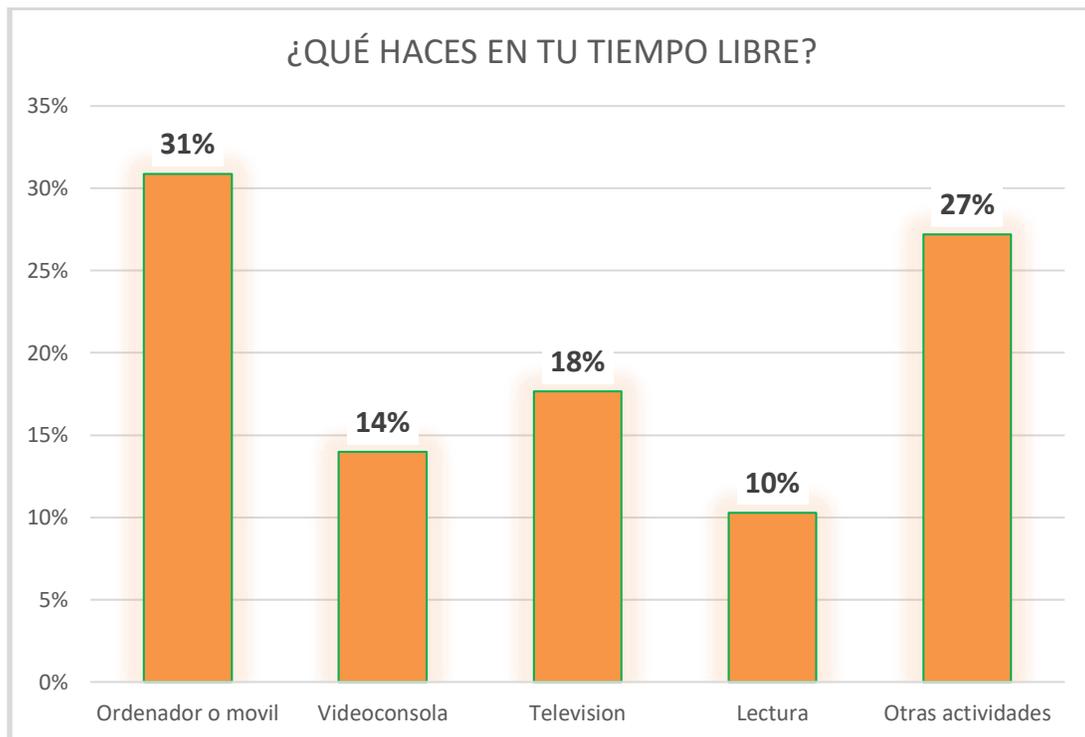
### 4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1 RESULTADOS

##### 4.1.1 Interpretación de resultados

**PREGUNTA N° 1** ¿Qué haces en tu tiempo libre?

**Figura 1**



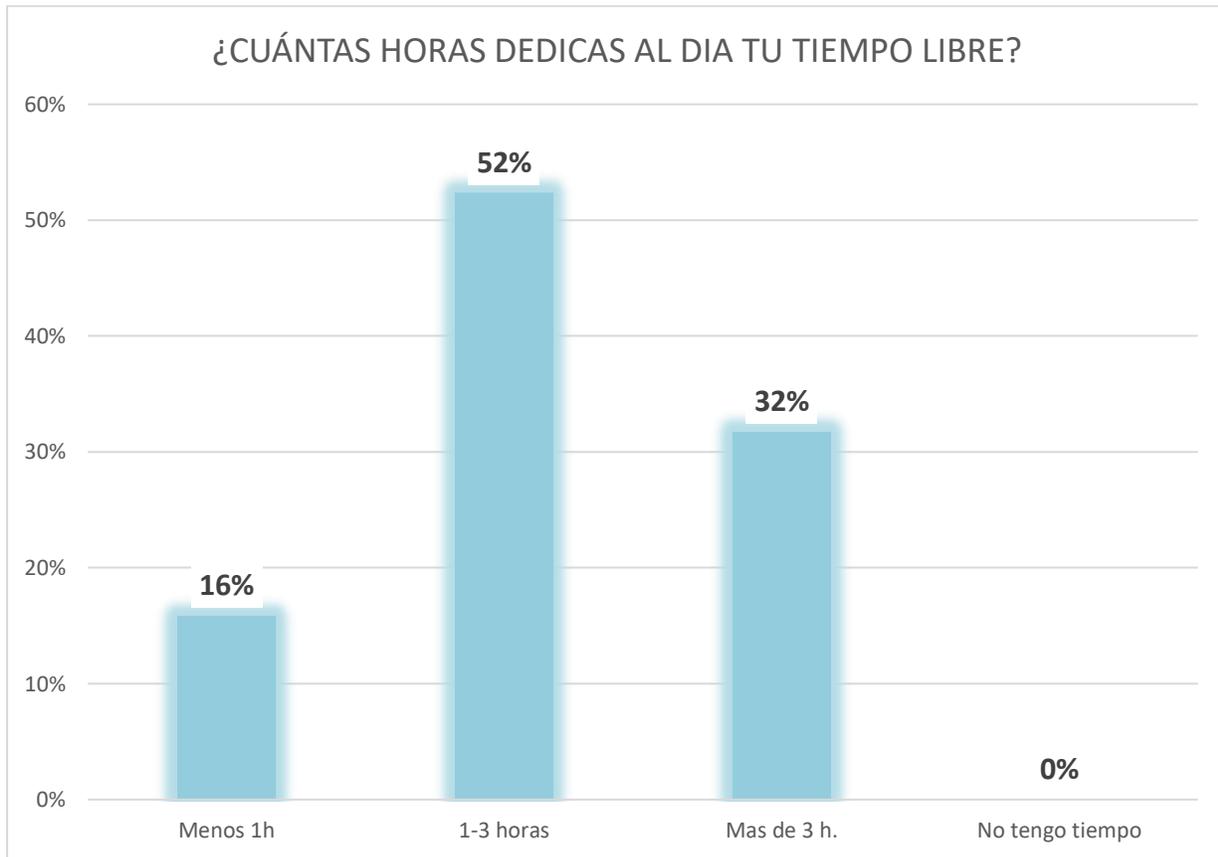
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** Como se muestra en la figura 3, el 31% de los adolescentes confiesa que ocupa la mayor parte de su tiempo libre en el ordenador o móvil. Lo que nos llamó la atención es que el 18% de la población prefiere ver televisión antes que jugar videoconsolas o leer libros. La segunda opción más elegida fue “otras actividades”. Casi todos los encuestados eligieron esta opción, nos contestaron que usan su tiempo libre para hacer ejercicio, practicar algún deporte o salir a jugar en los parques. Esto nos hace pensar que en el cantón Pallatanga existe bastante afición a los deportes.

**PREGUNTA N° 02** ¿Cuántas horas dedicas al día tu tiempo libre?

**Figura 2**



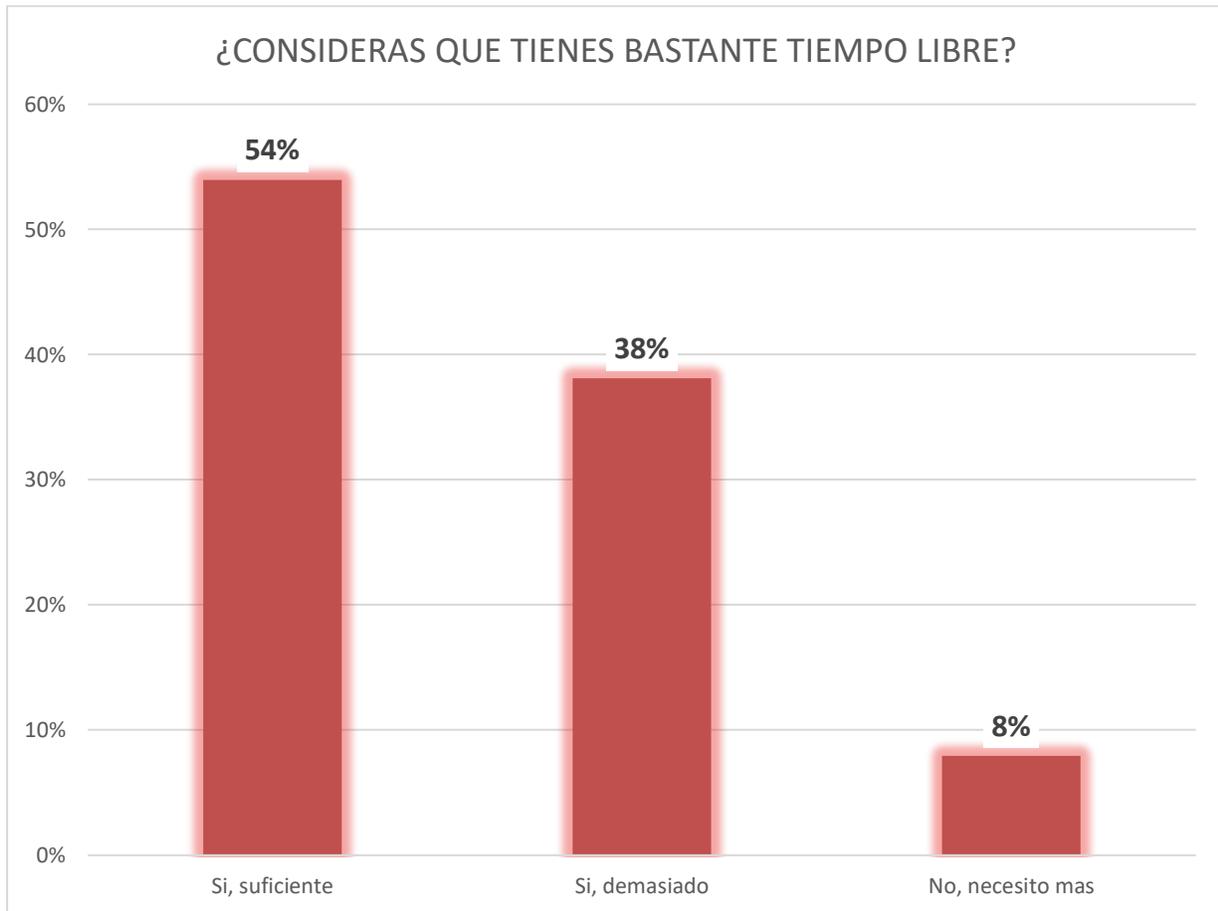
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** En esta pregunta notamos que la mayor parte de adolescentes tienen una hora a tres horas más de tiempo libre todos los días. Observamos que la mayor cantidad de chicos tienen por lo menos una hora para dedicar su tiempo de ocio. Este dato nos parece bueno, pues pensamos que los chicos puedan aprovechar ese tiempo libre en nuestra escuela de futsal.

**PREGUNTA N° 3** ¿Consideras que tienes bastante tiempo libre?

**Figura 3**



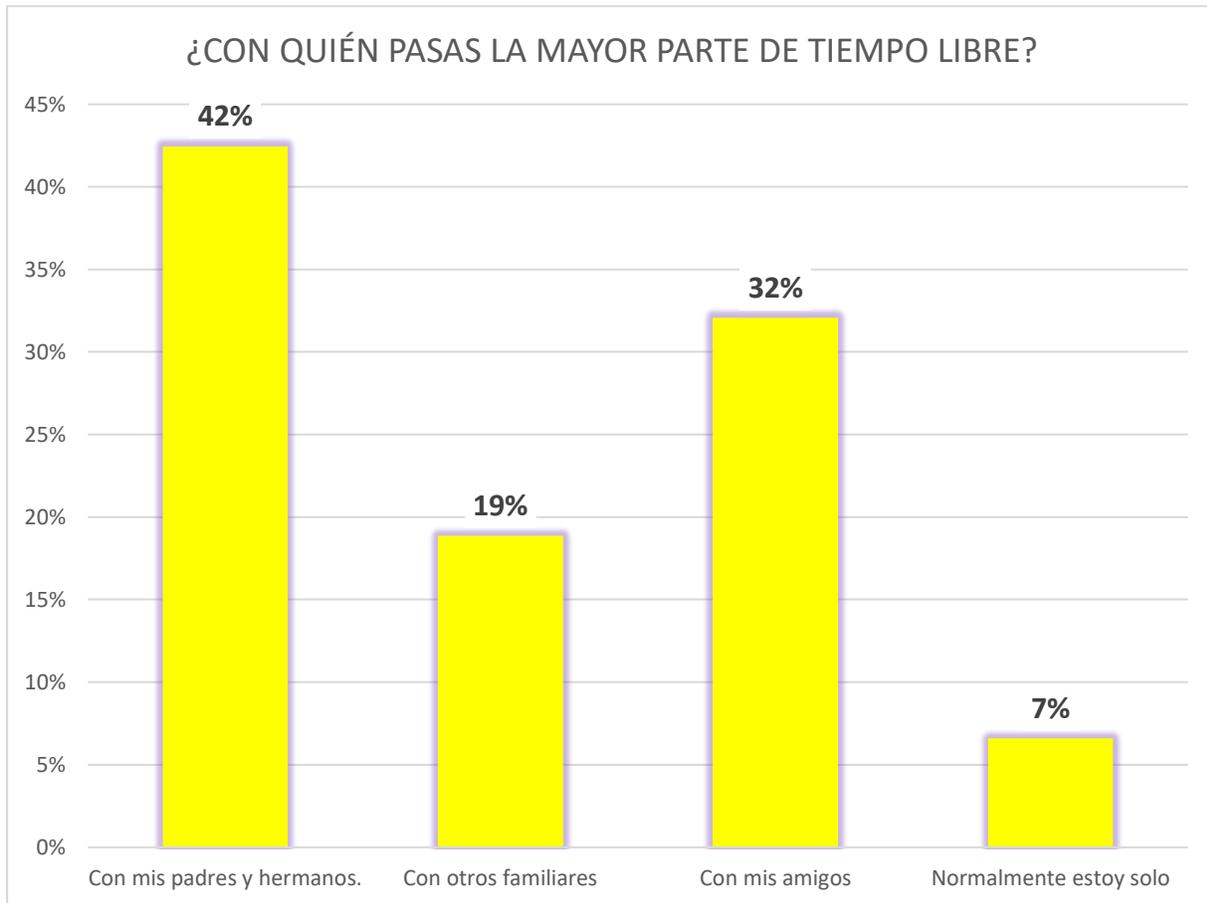
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** En esta pregunta cerrada contestaron que la mayor parte tiene suficiente tiempo libre para realizar sus actividades de esparcimiento, y una minoría de los adolescentes del cantón Pallatanga está inconforme y aseguran que tienen otras actividades como trabajar o tareas en el hogar.

**PREGUNTA N° 4** ¿Con quién pasas la mayor parte de tiempo libre?

**Figura 4**



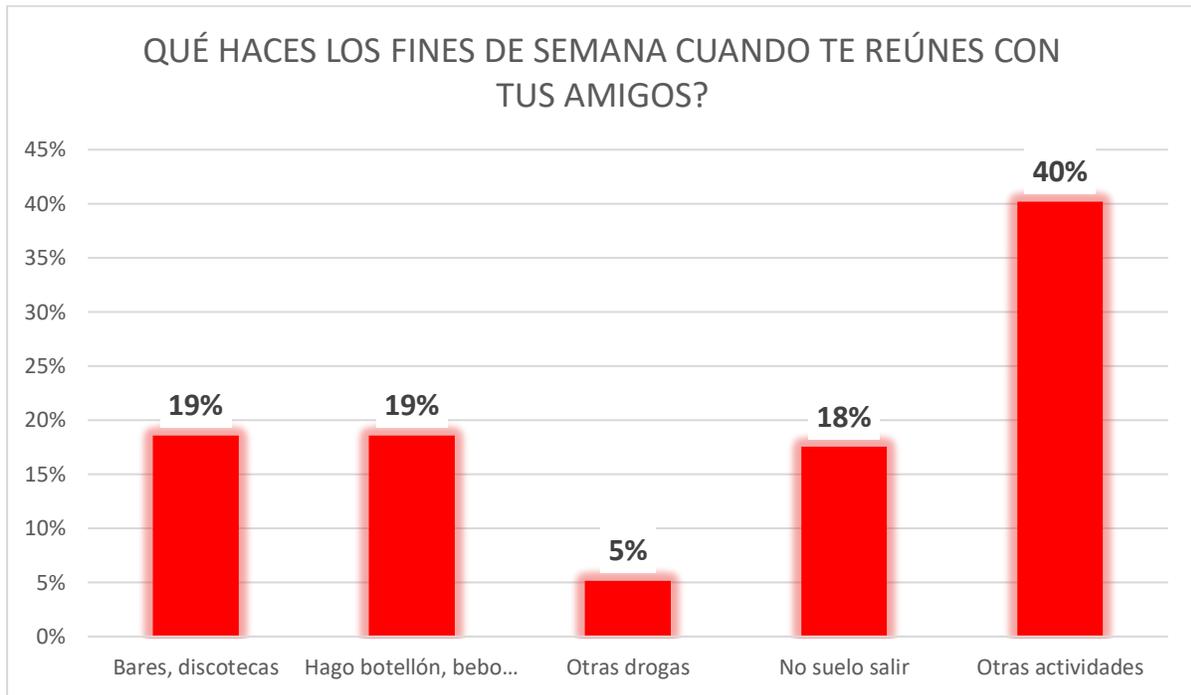
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** Es una pregunta con alternativas múltiples, por eso se han recogido 106 respuestas. En la figura 6, vemos que la mayor parte de adolescentes prefiere pasar su tiempo libre con su padres y amigos, lo cual nos ayuda a que entre amigos y padres de familia puedan convivir en nuestra escuela de futsal, teniendo un ambiente sano lleno confianza y respeto. También observamos que un 7% de adolescentes prefiere estar solo, lo cual es preocupante, siendo mejor que se relacionen con otros chicos o con familiares en su tiempo libre.

**PREGUNTA N° 05** ¿Qué haces los fines de semana cuando te reúnes con tus amigos?

**Figura 5**



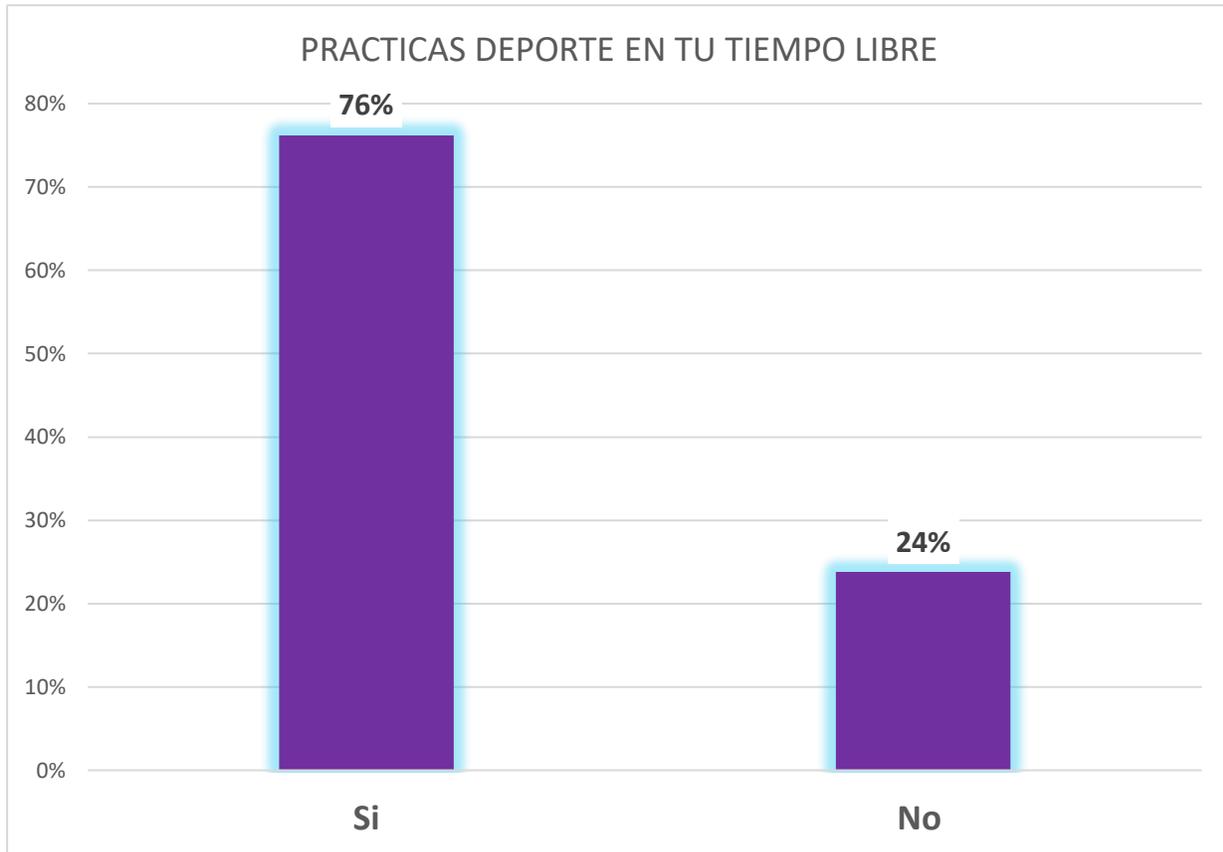
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** Esta pregunta nos ayudaba a ver los buenos y malos hábitos de los adolescentes del cantón Pallatanga en los fines de semana. En la figura 7, podemos ver que los fines de semana los adolescentes prefieren realizar “otras actividades”, en las que la gran mayoría se dedica a la práctica deportiva, o algunos de ellos participan en deportes de competición. Los malos hábitos en los fines de semana se muestran en la figura 7, cuando vemos que el 19% malgasta su tiempo en salir a fiestas y consumir bebidas alcohólicas y un 5% ingiere “otras sustancias adictivas”. En esta pregunta se ve reflejado la necesidad de crear una escuela de fútbol, donde puedan participar en campeonatos de fútbol tanto dentro y fuera del cantón.

**PREGUNTA N° 6** Practicas deporte en tu tiempo libre.

**Figura 6**



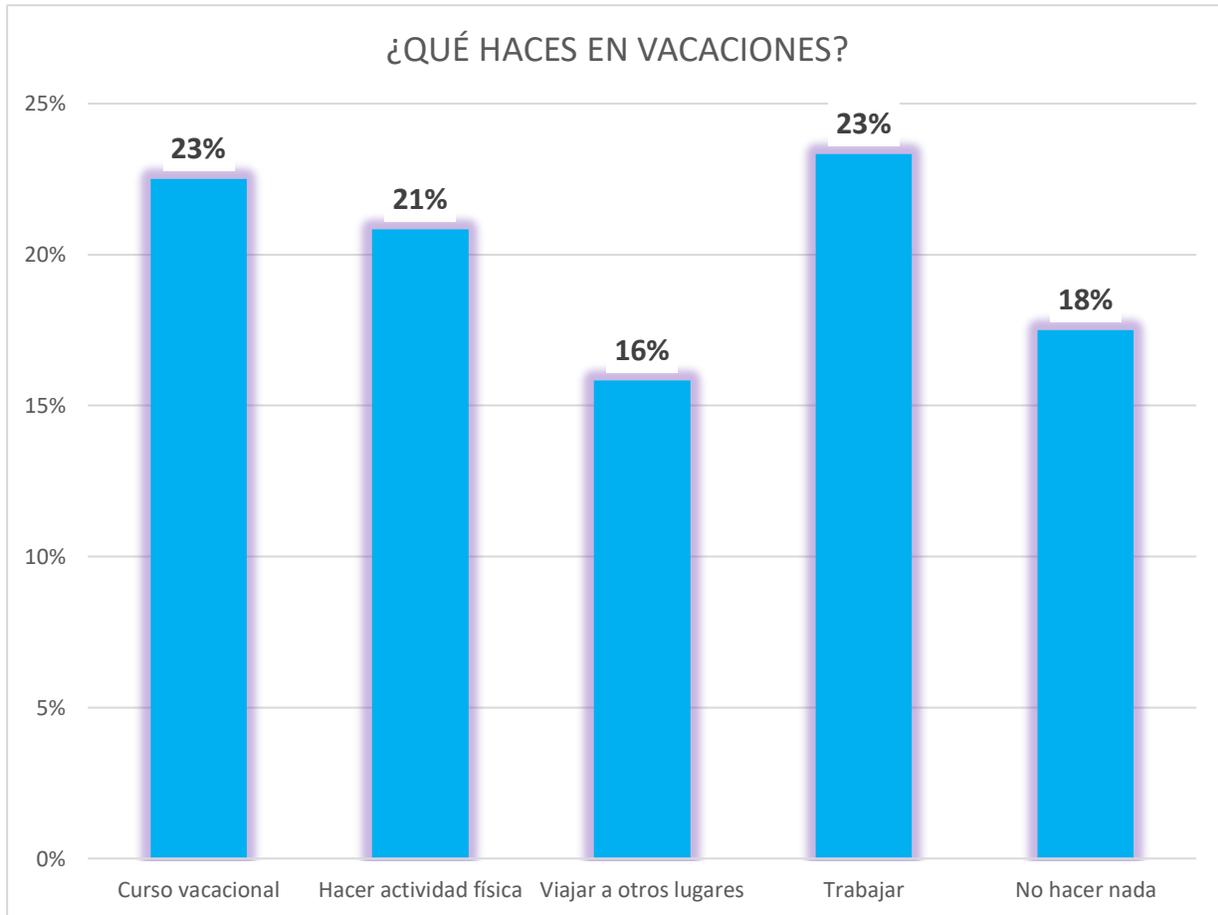
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** En la figura 8, representa de manera positiva que los adolescentes del cantón Pallatanga les gusta practicar deporte en su tiempo libre, comparando con la pregunta 1: ¿Qué haces en tu tiempo libre? La opción más escogida fue “otras actividades” donde contestaron casi siempre actividades deportivas. Lo cual nos lleva a pensar que el en Cantón Pallatanga necesita una escuela de futsal que les oriente a llevar un tiempo libre de calidad.

**PREGUNTA N° 7** ¿Qué haces en vacaciones?

**Figura 7**



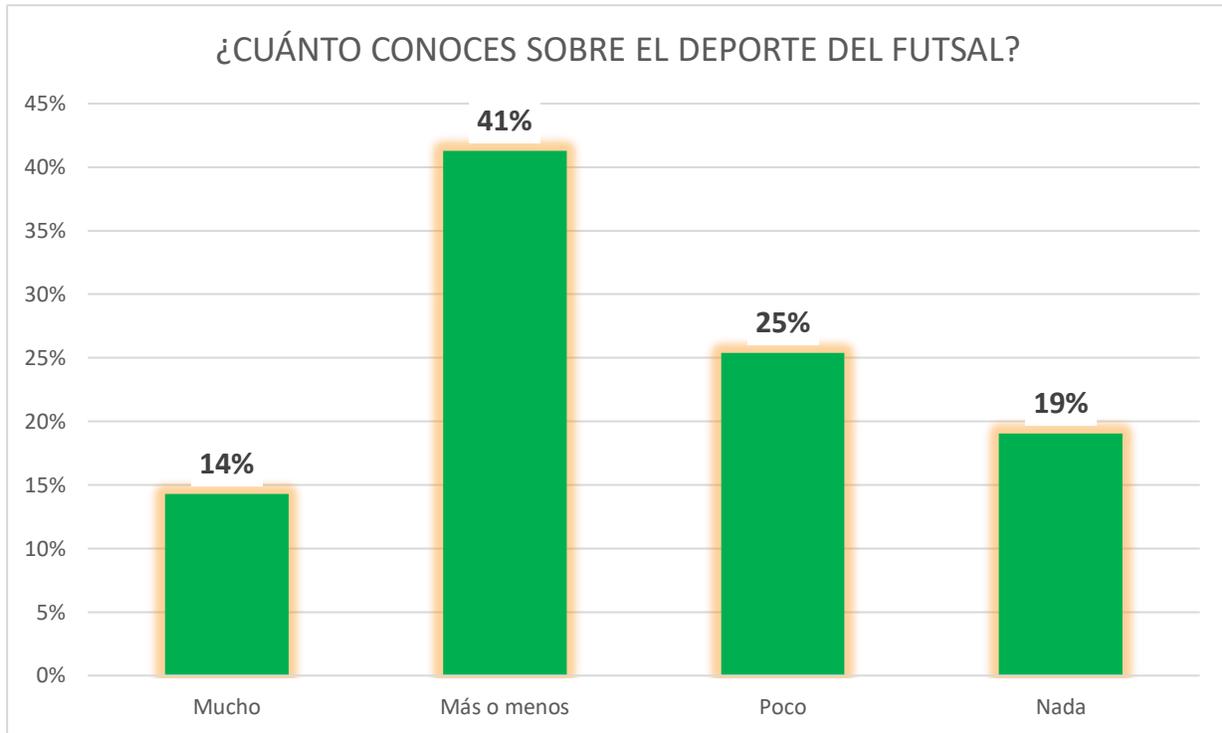
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** En la figura 9, vemos que los adolescentes en vacaciones se inscriben en cursos vacacionales, hacer ejercicios y al mismo tiempo trabajan, esto beneficia a la escuela porque los adolescentes les interesa aprovechar su tiempo libre en participar en actividades de esparcimiento,

**PREGUNTA N° 8** ¿Cuánto conoces sobre el deporte del futsal?

**Figura 8**



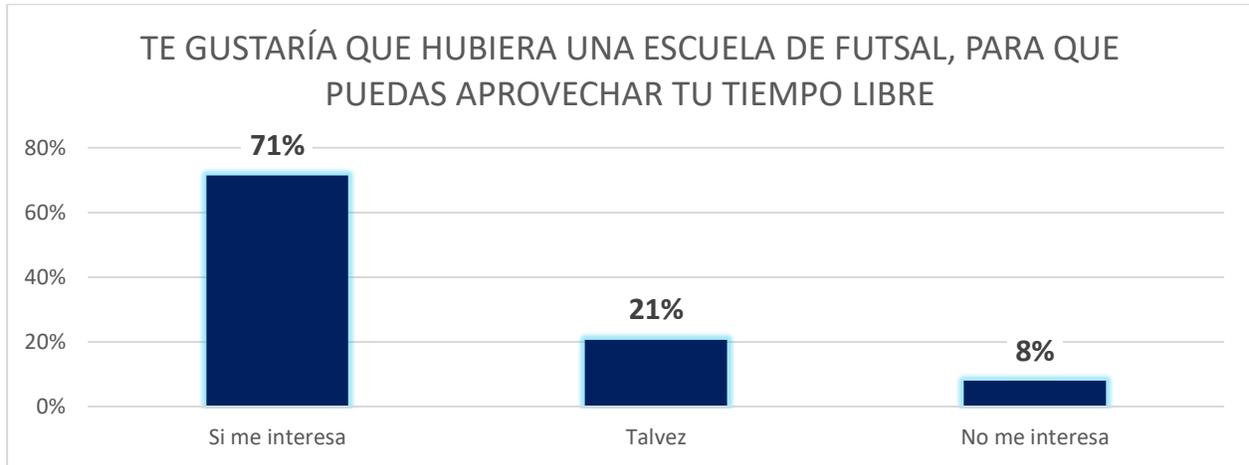
**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** Podemos observar en la figura 9, que la mayoría de adolescentes si tienen algo de conocimiento acerca del futsal, y una poca parte de los adolescentes no tiene idea de lo que es el futsal, porque es un deporte no muy popular a nivel nacional.

**PREGUNTA N° 10** Te gustaría que hubiera una escuela permanente de futsal en el cantón Pallatanga, para que puedas aprovechar tu tiempo libre en este deporte.

**Figura 9**



**Fuente:** Excel

**Elaborado por:** Andino & Sinche (2024).

**Interpretación:** En la siguiente figura nos muestra que el porcentaje trasciende más de la mitad la cual supera nuestras expectativas para crear nuestra escuela permanente de futsal “Los Andinos”, sabiendo que los chicos estarían interesados y dispuestos a pertenecer a nuestra escuela, en una minoría no están interesados por la creación de la escuela, pero es un porcentaje que no afectaría para la creación de la escuela de futsal.

## 4.2 DISCUSIÓN

En la investigación de Acosta (2014) titulada “Diseño metodológico e implementación de una escuela deportiva de fútbol de salón para el aprovechamiento del tiempo libre de los niños en edades de 6 a 14 años del Barrio Villa Gladys en la localidad de Engativá” donde aplicaron una encuesta a 50 niños entre edades de 6 a 14 años con el objetivo de verificar que tan viable es diseñar e implementar una Escuela Deportiva de Fútbol de salón, en el barrio Villa Gladys, para observar cómo la población infantil utiliza su tiempo libre y además de cómo el futbol de salón puede ser una buena herramienta para el aprovechamiento del tiempo libre. Donde concluyeron que sus resultados obtenidos fueron satisfactorios y que los objetivos se han cumplido diseñando la implementaron una escuela deportiva de futbol de salón con una buena acogida de niños en edades de 6 a 14 años-

Al culminar nuestra investigación sobre “La Creación de una escuela de futsal y el uso del tiempo libre en adolescentes” donde se analizó el uso del tiempo libre en adolescentes, mediante una encuesta llamada: ¿Qué hacemos en nuestro tiempo libre? Validada por la “INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SECUNDARIA INFIESTO” de España, aplicada a 63 adolescentes del Barrio San Pedro nos dio como resultado positivo, lograr la creación de la escuela de futsal Cantón Pallatanga, donde se pudo tener una buena acogida por los adolescentes de 12 a 18 años, en el cual cada chico pueda aprovechar su tiempo libre en una actividad deportiva.

## **CAPÍTULO V.**

### **5. CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 Conclusiones**

Tras el análisis, de las encuestas realizadas hemos evidenciado que la mayoría de los adolescentes del cantón Pallatanga – Barrio San Pedro dedican su tiempo libre en dispositivos electrónicos, práctica deportiva y salidas con amigos.

Con la recolección de datos y los resultados obtenidos observamos la falta de opciones deportivas específicas, como el fútbol sala en el Barrio San Pedro. Existe un interés latente entre los adolescentes por participar en este deporte. Por eso decidimos crear la escuela de futsal para poder contribuir al desarrollo integral de los adolescentes, proporcionando un espacio seguro para la práctica deportiva y fomentando valores como el trabajo en equipo y la disciplina.

Concluimos con un programa deportivo que beneficie a los adolescentes del Cantón Pallatanga - Barrio San Pedro, con una estructura deportiva organizada, con personal capacitado en cada área correspondiente como son los entrenadores, personal médico, marketing. También incluimos sesiones de entrenamiento adaptados a las necesidades y habilidades de los adolescentes las cuales tendremos evaluaciones continuas y retroalimentaciones constantes ya que serán fundamentales para ajustar y mejorar el programa a lo largo del tiempo.

## **5.2 Recomendaciones**

Se recomienda a los estudiantes de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte realizar programas deportivos al largo plazo, donde se promuevan un uso saludable y productivo del tiempo libre, fomentando actividades deportivas, educativas y culturales.

Recomendamos a los profesionales del deporte diagnosticar la necesidad de otras disciplinas deportivas, donde existen en el país adolescentes con diferentes habilidades y destrezas en el ámbito deportivo, pero no tienen la orientación y herramientas necesarias para que ellos puedan desenvolverse en el deporte que les gusta practicar.

Por último, recomendamos a los docentes de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte motivar a los estudiantes a que puedan crear programas deportivos permanentes donde ayuden a niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, a construir un estilo de vida saludable mediante la recreación, actividad física y deporte.

## CAPÍTULO VI.

### 6. Programa Deportivo



#### INDICE

---

- RESUMEN DE LA PROPUESTA
- INTRODUCCIÓN
- DESTINATARIOS
- PROYECTO DEPORTIVO
- DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS DE LA ESCUELA
- CONTENIDOS DE LA ESCUELA
- METODOLOGÍA
- ORGANIGRAMA Y GRUPOS
- ADMINISTRACIÓN TEMPORADA 2024-2025
- FUNCIONES DEL CUERPO TÉCNICO
- PLANIFICACIÓN DE NIVELES INFANTIL, CADETE Y JUVENIL
- FILOSOFÍA DE LA ESCUELA
- EVALUACIÓN

## **RESUMEN DE LA PROPUESTA**

La Academia de futsal "ANDINOS" es una iniciativa deportiva organizada que ofrece entrenamientos estructurados y programados. Ubicada en el cantón Pallatanga-Barrio San Pedro, la escuela busca fomentar el desarrollo del futsal entre las nuevas generaciones de deportistas, promoviendo talentos a través de la enseñanza de técnicas, tácticas y habilidades físicas. Cuenta con un equipo de profesionales altamente capacitados, incluyendo un entrenador deportivo, un entrenador físico, un entrenador de arqueros, un médico general, un nutricionista y un fisioterapeuta. Cada integrante de la escuela recibe un seguimiento individualizado para monitorear su progreso tanto en el rendimiento físico como emocional, permitiéndoles aprovechar su tiempo libre de manera productiva practicando futsal.

## **FÚTBOL SALA**

- **INFANTIL:** Un Campo de fútbol sala en una cancha cubierta, tres días por semana, lunes, miércoles y viernes, 1 hora y media cada día de 14h00 – 15h30. Cada entrenamiento con su respectiva planificación de trabajo.
- **CADETE:** Un Campo de fútbol sala en una cancha cubierta, tres días por semana, lunes, miércoles y viernes, 1 hora y media cada día de 15h30 – 17h00. Cada entrenamiento con su respectiva planificación de trabajo.
- **JUVENIL:** Un campo de fútbol sala en una cancha cubierta, tres días por semana, una hora y media cada día de 17h00 – 18h30. Los entrenamientos se llevarían los días lunes, miércoles y viernes. Cada entrenamiento con su respectiva planificación de trabajo.

## **INTRODUCCIÓN**

El slogan de nuestra *Escuela de Fútbol* es: **“Academia Permanente de Fustal “LOS ANDINOS” PORQUE LA PASIÓN ES EL INICIO DEL ÉXITO”**.

La Academia de futsal "ANDINOS" nace con el objetivo de brindar a los adolescentes una alternativa positiva para el aprovechamiento de su tiempo libre, alejándolos de actividades nocivas. A través de un ambiente propicio y motivador, la escuela busca formar personas íntegras tanto en el ámbito deportivo como en el personal, inculcando valores éticos y fomentando el compañerismo.

Su enfoque abierto e inclusivo prioriza la participación, la diversión y el desarrollo deportivo por encima de cualquier aspecto competitivo o selectivo. Se trata de un espacio donde los adolescentes pueden ocupar su tiempo libre de manera productiva, practicando futsal y alejándose de vicios potenciales.

### **Los objetivos de la academia se centran en dos pilares fundamentales:**

- **Entrenamiento:** Fomentar el crecimiento físico, deportivo y social de los adolescentes a través de un entrenamiento estructurado y de calidad.
- **Recreación:** Promover el disfrute y la diversión como elementos esenciales en la práctica del deporte.

La Academia "ANDINOS" busca formar deportistas completos, donde se inculcará el respeto hacia compañeros, contrincantes y árbitros, creando un hábito de compañerismo que aleja a los adolescentes de conductas perjudiciales. Un psicólogo deportivo y un médico general del club se encarga de velar por el bienestar integral de los participantes.

## **DESTINATARIOS**

La Academia de Futsal “ANDINOS”, pretende fomentar la actividad deportiva entre diferentes categorías de futsal que van desde los 12 – 18 años de edad, teniendo la escuela dividida en tres grupos de trabajo como son: infantil, cadete y juvenil.

## **PROYECTO DEPORTIVO**

El éxito de cualquier club o asociación deportiva depende en gran medida de la captación y el desarrollo de jóvenes talentos, junto con el apoyo de sus familias y simpatizantes. Una buena organización, un trabajo ilusionante y resultados tangibles son esenciales para generar una afición sólida y atraer el respaldo social y financiero necesario para el crecimiento a largo plazo.

La base de una buena escuela deportiva radica en una planificación meticulosa y transparente, donde cada miembro del proyecto comprende claramente sus funciones, objetivos y responsabilidades. Desde el personal de las instalaciones hasta los directivos, pasando por padres, jugadores, entrenadores y coordinadores, todos deben trabajar en conjunto hacia un objetivo común, con una visión clara del camino a seguir y las acciones a tomar en cada etapa.

El Coordinador juega un papel fundamental en el ámbito deportivo, siendo responsable de la programación, organización, control y desarrollo de todas las actividades en las categorías infantil, cadete y juvenil. Debe tener un conocimiento profundo de los aspectos que se trabajan en esta etapa formativa (siguiendo un orden lógico de aprendizaje) y garantizar que los entrenadores los implementen de manera efectiva. De esta manera, se asegura que los jugadores adquieran todas las habilidades y conocimientos necesarios para alcanzar su máximo potencial, no solo como deportistas, sino también como personas íntegras.

La labor de los entrenadores se centra en el desarrollo de contenidos específicos, incluyendo aspectos técnicos, tácticos, normativos y físicos indispensables para la práctica del fútbol. Sin embargo, su rol va más allá de la formación deportiva, ya que también deben contribuir a la educación y el desarrollo social de los jóvenes, fomentando valores como la integridad y la reflexión.

## **DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS DE LA ESCUELA**

### **Objetivos generales de la escuela**

- Educar a través del deporte.
- Adaptar el fútbol a las características del deportista.
- Entretener y, sobre todo, divertir al adolescente a través del fútbol.
- Enseñar a los adolescentes los buenos hábitos de higiene que nos proporciona el deporte y nociones de una correcta alimentación.

- Trabajar y dar la debida importancia a todas las partes de un entrenamiento, desde el calentamiento inicial, a los estiramientos finales en cada sesión de entrenamiento.
- Adquirir confianza en sí mismos y en sus posibilidades corporales, así como en el mundo del deporte.
- Aprender a cuidar su cuerpo respetando el de los demás.
- Conocer y cuidar el entorno donde realizamos la práctica deportiva.
- Preparar futuros deportistas que nutran a los equipos superiores del club o asociación.
- El objetivo es cómo se trabaja y lo que se aprende. Los resultados deportivos: ascensos, puestos, campeonatos, victorias, debe ser una consecuencia del trabajo bien hecho. No vale sólo conseguirlo, si las maneras y las formas no son las adecuadas.

## **CONTENIDOS DE LA ESCUELA**

### ETAPA DE INICIACIÓN

En esta etapa, el enfoque principal se centra en la progresión y el perfeccionamiento de las habilidades técnico-tácticas individuales desarrolladas en la etapa anterior, a la vez que se introduce el trabajo técnico-táctico a nivel grupal y de equipo.

#### Objetivos específicos categoría infantil

- Progresar y mejorar en los trabajos técnico-tácticos individuales comenzados en la anterior etapa.
- Iniciar el trabajo técnico-táctico a nivel grupal y de equipo.
- Mejorar y trabajar de manera un poco más específica el trabajo físico en general (habilidades motrices básicas, percepción espacio-temporal, introducción a la capacidad aeróbica).
- Trabajar de manera específica la amplitud de movimientos y la flexibilidad, puesto que en esta etapa se observa claramente un descenso progresivo de esta cualidad.
- Formar multilateralmente en el tiempo libre: El fútbol debe convivir con los demás deportes y aficiones y obligaciones que se tengan. El fútbol no es lo único ni lo más importante.
- Conocer las características propias de cada uno de los puestos dentro de un terreno de juego, mediante rotaciones y prácticas en todas las posiciones.
- Mejorar y progresar en las diferentes destrezas motrices que se iniciaron en la etapa anterior.
- Ser capaces de dominar nuestro cuerpo.

## **Contenidos a desarrollar en categoría Infantil**

- Profundizar mucho en el golpeo del balón, ambas piernas, distintos golpeos, es básico para un futbolista.
- Trabajo de la cabeza y otras partes de cuerpo; para controlar, pasar, despejar y rematar, eliminar el miedo.
- Inicio al trabajo táctico con varias propuestas o dibujos tácticos, para que comparen y se habitúen al cambio de táctica. El paso de campo pequeño a grande, requiere mucho trabajo táctico sin ser lo más importante, conocer no significa dominar.
- Dar importancia a la técnica individual: control, pases, tiros, remates.
- Aprendizaje de jugadas simples, saques de banda, corners, saques de puerta.
- Comienzo del trabajo específico de los porteros, combinándolo con el trabajo grupal.
- Importancia del trabajo en equipo en detrimento de las individualidades y las “figuritas” lo importante es el grupo y hay que crear buen ambiente.
- Somos un grupo y por ello, debemos estar cada vez más unidos.
- Ser capaces de diferenciar entre actividades buenas y malas en el campo.
- Para nosotros la competición no es lo principal, sino los entrenamientos ordenados y divertido.

Esta etapa se caracteriza por la introducción de los jóvenes a una amplia gama de actividades motrices de forma lúdica y respetuosa con su proceso evolutivo y desarrollo motor. Se busca fomentar el uso del cuerpo, el espacio y el tiempo como herramientas de aprendizaje y diversión, reemplazando el juego libre tradicional que ha disminuido en las nuevas generaciones debido al auge de la tecnología y el estilo de vida sedentario.

### Objetivos específicos categoría Juvenil

- Consolidar el hábito deportivo como un estilo de vida.
- Conocer los riesgos de los excesos (drogas, deporte, dopaje)
- Crear una responsabilidad real de trabajo y constancia en el mundo del deporte.
- Conseguir un grupo cohesionado de trabajo en el que se impliquen todos, donde la asistencia y la participación estén garantizadas, sin tener casi que imponerlas, haciendo sesiones atractivas.
- Mejorar en los trabajos técnico-tácticos individuales y grupales comenzados en anteriores etapas, así como iniciar y asimilar otros nuevos.

- Mejorar el desarrollo físico de los jugadores a través de un entrenamiento específico de la condición física (resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad) y saber para qué me sirve cada cualidad básica.
- Saber la importancia de la estrategia en el juego. Contenidos a desarrollar en la categoría Juvenil.
- Juegos complejos de equipo. Técnicas de aplicación al juego real, movimientos específicos de ataque defensa (colocación, movimientos, remates, controles).
- Técnicas de aplicación al juego real, movimientos específicos de ataque defensa (marcajes, remates, controles).
- Distribución y ocupación de los espacios del terreno de juego (Trabajo con y sin balón, con y sin contrario)
- Mejora de la capacidad de juego individual y grupal en puestos específicos. (porteros, defensas, centrocampistas) Trabajar específicamente por demarcaciones (lateral derecho, medio centro, portero)
- Acciones técnicas combinadas (apoyos, paredes, pases, desmarques).
- Profundizar en la estrategia (faltas, saques, corners, fuera de juego), que se den cuenta de su importancia
- Todos los jugadores deben ser críticos con situaciones que se den en el deporte, tanto dentro como fuera del terreno de juego, el monitor no tolerará la violencia en ningún caso ni ante ninguna justificación.

## **METODOLOGÍA**

Esta escuela se debe llevar a la práctica partiendo de unos principios generales del deporte en edad colegial:

- Modificación de los principales elementos del deporte, como es el material, el equipamiento, las reglas. Adaptar las propuestas a las posibilidades del adolescente.
- Progresión en las fases de aprendizaje a través del juego.
- Desarrollo de estrategias de juego y por medio de este, llegar a la comprensión de este deporte.
- Convertir en significativo y relevante los valores positivos del deporte: respeto, compañerismo, esfuerzo, solidaridad.
- Dar a conocer algunos de los principios tácticos y elaborarlos en cada entrenamiento.

- Realizar otras ofertas motivantes en conexión con los intereses del adolescente, para agrandar su abanico de aficiones dentro de su ocio y tiempo libre.

El método deportivo utiliza como centro de interés “el gusto de los adolescentes por las actividades deportivas” para, a través de ellas, alcanzar una formación completa, física, moral y social, y a la vez extender el placer por estas actividades más allá de la edad colegial.

La escuela se propone como un sistema integral que va más allá de la formación deportiva, involucrando activamente a las familias en el proceso de aprendizaje y desarrollo de los jóvenes. Se busca establecer una comunicación fluida y constante entre la escuela, los padres y los alumnos, creando canales de intercambio de información que permitan construir un perfil integral de cada participante.

Cada deportista es un ser único, es una realidad de evolución y cambiante debido a sus circunstancias personales y sociales; Por tanto, el proceso de enseñanza-aprendizaje debe ser un proceso individualizado (nos adaptamos a las necesidades del adolescente en cada momento).

**Las características metodológicas básicas de nuestra escuela son:**

- **Flexible y motivadora:** la propuesta metodológica no ha de ser entendida como una opción única, sino como un marco abierto y flexible en el que todos los relacionados con la escuela (padres, adolescentes) debemos colaborar en las medidas oportunas.
- **Interactivo:** la interacción entre los participantes de la escuela es el proceso de reciprocidad y construcción del conjunto acciones, que exigen el proceso de respeto al aprendizaje y madurez de cada participante.
- **Participativa:** buscaremos siempre la implicación de todos en el programa, apostando por el diálogo, la comprensión, el respeto y la empatía como hábitos necesarios para la comunicación participativa.
- **Práctica:** los resultados deben ser visibles en los participantes.
- **Cooperativa y colaborativa:** desde la escuela valoramos el trabajo en equipo desarrollando en lo posible la sociabilidad de los participantes.
- **Continua:** El proyecto debe adquirir coherencia educativa durante todo el año lectivo y en vacaciones, creando hábitos deportivos saludables que desarrolle cada uno en su tiempo libre.

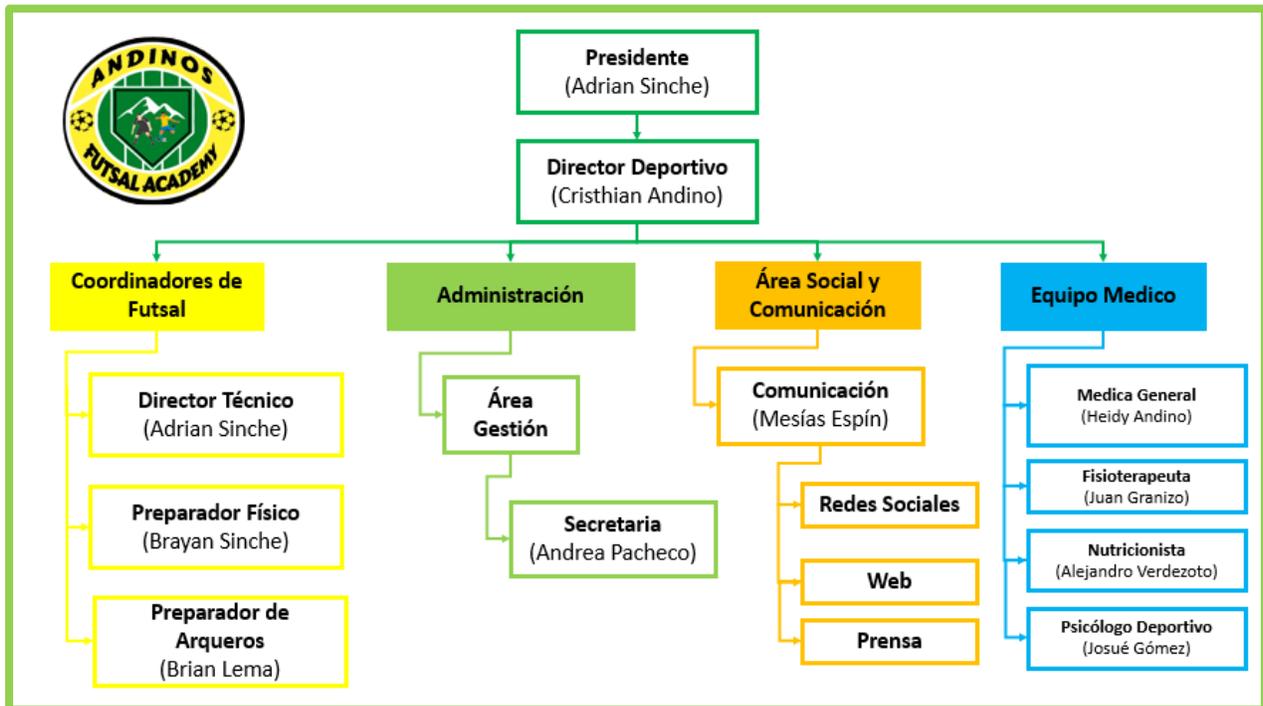
## ORGANIGRAMA Y GRUPOS

Los grupos se elaborarán en función de las edades y las categorías a trabajar son: infantil, cadete y la Juvenil.

Los sistemas de entrenamientos deben ser adaptados a las cualidades y capacidades de cada uno de los grupos. Esto proporcionará ENTRENAMIENTOS “A MEDIDA” de cada grupo de alumnos y su buen desarrollo físico y deportivo.

A lo largo de la escuela, se podrán realizar juegos técnicos competitivos en los que se podrá comprobar la progresión del adolescente que experimenta en los entrenamientos.

Todos los responsables y entrenadores de la escuela tendrán la titulación adecuada a su cargo. A modo de ejemplo este será nuestro organigrama con el que empezaremos a trabajar de forma conjunta en esta primera temporada.



La estructura organizativa de la academia de fútbol sala se caracteriza por funciones y responsabilidades bien definidas. Cada área tiene una función designada que colabora estrechamente con la Academia, asegurando un enfoque cohesivo y unificado.

## ADMINISTRACIÓN TEMPORADA 2024-2025

Con este grupo de trabajo, cuenta la Academia de Fútbol Andinos para la presente Temporada 2024-2025, quienes están capacitados y comprometidos para trabajar con responsabilidad. De la misma forma se buscará la próxima temporada ir creciendo con nuestro grupo de trabajo para extendernos a nivel local y de provincia.

			
<b>Adrian Sinche Presidente / director técnico</b>	<b>Cristhian Andino Director Deportivo</b>	<b>Brayan Sinche Preparador Físico</b>	<b>Brian Lema Preparador de Arqueros</b>
			
<b>Heidi Andino Médica General</b>	<b>Juan Granizo Fisioterapeuta</b>	<b>Alejandro Verdezoto Nutricionista</b>	<b>Josué Gómez Psicólogo Deportivo</b>
			
<b>Mesías Espín Comunicación / Marketing</b>	<b>Andrea Pacheco Secretaria</b>		

## **FUNCIONES DEL CUERPO TÉCNICO**

### **ENTRENADOR**

Este apartado se centra en el papel fundamental del entrenador de la escuela de fútbol sala para garantizar un entrenamiento efectivo y de calidad.

El Entrenador juega un papel crucial en la optimización del entrenamiento dentro de la escuela de fútbol sala. Su liderazgo, planificación estratégica, habilidades de comunicación y capacidad para motivar e inspirar son esenciales para garantizar un proceso de enseñanza-aprendizaje efectivo que conduzca al desarrollo integral de los jugadores.

### **DIEZ NORMAS PARA CONSEGUIR UN BUEN ENTRENAMIENTO**

- Entrenamiento variado y divertido
- Deberá obligar a pensar al deportista
- Entrenar lo relacionado con lo planificado
- Ejercicios con situaciones reales
- Corrección de errores en el momento
- Entrenamientos cortos pero intensos
- Entrenamiento para creatividad
- Entrenar pensando en la mejora técnica-coordinación
- Entrenar sin angustias
- Entrenamiento progresivo

### **PREPARADOR FÍSICO**

La Academia de futsal "ANDINOS" cuenta con un preparador físico especializado en optimizar el rendimiento físico de los jugadores, tanto a nivel individual como colectivo. El preparador físico desempeña un rol fundamental en la planificación y ejecución de actividades y ejercicios específicos para mejorar la condición física de los jugadores, asegurando que se encuentren en óptimas condiciones para afrontar los desafíos de la competencia.

En las planificaciones de la categoría Juvenil debe realizarse acorde con el entrenador deportivo las actividades que se desarrollaran en cada uno de los entrenamientos.

## **PSICÓLOGO DEPORTIVO**

Intervención psicológica en la escala de edades “adolescentes” del fútbol. Creemos que son importantes tanto en la prevención como tratamiento de lesiones, además, para que el trabajo del entrenador deportivo se encuentre en todo momento bien orientado, sin producir daños a los alumnos durante los entrenamientos y competiciones. Es una parte fundamental de nuestro esquema.

### **INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN LA ESCALA DE EDADES DEL FÚTBOL**

<b>CATEGORÍA/ NIVEL DE EDAD</b>	<b>OBJETIVOS GENERALES DE LA INTERVENCIÓN</b>	<b>CARACTERÍSTICAS ESPECÍFICAS</b>
Infantiles	Iniciación Aprendizaje	Introducción del programa psicológico como parte del entrenamiento. Adquisición de destrezas psicológicas básicas
Cadete Juveniles	Aprendizaje Mejora del rendimiento	Consolidación de destrezas y técnicas psicológicas Adecuación del trabajo psicológico a la mejora del rendimiento Planificación del entrenamiento de calidad Preparación para la competición

### **FUNCIONES PSICOLÓGICAS DEL ENTRENADOR**

- Facilitar aprendizajes y enseñar
- Dirección del grupo-equipo
- Cohesión del grupo
- Resolución de conflictos
- Motivación

## **ORIENTACIÓN PARA UNA SESION**

El Entrenador tiene que:

- Organizar: Su grupo, su actividad.
- Entrenar: Tiene un objetivo, un tema en su sesión de entrenamiento.
- Programar: Una continuidad lógica de sus sesiones.
- Observar: Los progresos y dificultades de sus alumnos/as y los fundamentos de sus objetivos
- Modificar: Readaptar sus objetivos en función de las posibilidades presentes del adolescente y de sus observaciones.
- Adaptarse: al éxito, problemas y a lo imprevisto.
- Actuar: Volviendo a analizar los temas anteriores.

## **COMPROMISOS**

- Organización, coordinación y seguimiento diario de la Escuela de Futsal.

Dotación de todos los recursos humanos como materiales:

- 1 valla de 6 pulgadas.
- 2 vallas de 9 pulgadas.
- Set de 2 Ulas planas.
- Estacas con base domo.
- Escaleras de coordinación Akkon.
- Set de 50 platos.
- Tula porta balones.

## **PLANIFICACIÓN DE NIVELES INFANTIL, CADETE Y JUVENIL**

### **PLANIFICACIÓN DEL NIVEL INFANTIL**

#### **PREPARACION FÍSICA**

Comprenden las edades de los 12 y 13 años y como bien sabemos el periodo sensible (donde debemos trabajar la Educación Física de Base) dura hasta los 12 años. Por ello, seguiremos abarcando los aportes fundamentales de la Educación Física de Base anteriormente trabajados y empezaremos a introducir actividades para el desarrollo de las cualidades físicas básicas.

Con todo ello, nuestro trabajo irá encaminado en la mejora de:

- Esquema corporal
- Percepción espacial
- Percepción temporal
- Coordinación
- Cualidades físicas básicas
- Destrezas motrices (agilidad, equilibrio, etc.)

#### **Objetivo**

Educación Física de Base y cualidades físicas básicas.

#### **Medios**

**Calentamientos integrales;** con balón, tareas perceptivas decisionales, Juegos de lateralidad, Juegos de habilidades básicas, Juegos y circuitos de agilidad, Velocidad de reacción, Amplitud de movimientos, Resistencia, Flexibilidad.

#### **TÉCNICA**

#### **Objetivo**

Dominar todos los aspectos de la técnica individual.

#### **Medios**

Insistir en el golpeo y recepción/control, cabeceo, rondós formación de triángulos, Juegos de posición, Velocidad con balón, Equilibrio, Velocidad, Coordinación.

#### **TÁCTICA Y ESTRATEGIA**

#### **Objetivo**

Táctica elemental, Fundamentos básicos del juego colectivo, Sistemas básicos del Fútbol; táctica fija ofensiva y defensiva (preparada para el grupo)

## **Medios**

**Razonar los principios del juego ofensivo;** ataques, desmarque, contraataques, espacios libres, paredes y cambios de orientación, Defensivos; marcaje, repliegue, cobertura y permuta, ensayo de sistema y esquema básicos. Ensayo de estrategia.

## **REGLAS DE JUEGO**

### **Objetivo**

Todas las reglas del juego.

## **Medios**

**Normas sobre:** árbitros, jugadores, faltas e incorrecciones, saques de todas clases de faltas y saques. Todas las reglas de Fútbol 11; situaciones jugadas; como actuar como árbitros (empatía).

## **VALORES SOCIALES**

### **Objetivo**

Demostrar que sabemos lo que es el respeto y no tolerar actuaciones conflictivas en ningún caso.

## **Medios**

Empatía, diálogo, situaciones jugadas, resolución de conflictos, evitar conflictos, críticas constructivas desde el punto de vista ética.

## **PLANIFICACIÓN DEL NIVEL JUVENIL**

### **PREPARACIÓN FÍSICA**

En esta categoría trabajaremos a fondo las cualidades físicas básicas, adaptándonos siempre a las necesidades de nuestros alumnos, para no producir en ellos lesiones físicas ni mentales (estrés). Tampoco nos olvidaremos de que necesitamos jugar, y para ello, seguiremos trabajando las destrezas motrices; agilidad, equilibrio.

Desde nuestra área plantearemos sesiones en las que el jugador siga desarrollando su cuerpo, se nota físicamente bien en el campo, pero sin olvidar que debe disfrutar al máximo con este deporte.

### **Objetivo**

Cualidades físicas básicas

## **Medios**

**Calentamientos integrales;** con balón, tareas perceptivas decisionales, Juegos de destrezas motrices, Juegos y circuitos de agilidad, Velocidad de reacción, Circuito de fuerza, resistencia, flexibilidad, series de velocidad.

## TÉCNICA

### **Objetivo**

Potenciar todos los aspectos técnicos individuales y grupales, así como su aplicación en el juego.

## **Medios**

Circuitos de habilidad deportiva, golpeos y recepciones por grupos, con o sin balón, coordinación, velocidad de ejecución con el balón.

## TÁCTICA Y ESTRATEGIA

### **Objetivo**

Dominar varios sistemas de juego ofensivo; dominar varias jugadas de táctica fija defensivas y ofensivas.

## **Medios**

Razonar los principios del juego; ensayo de estrategia; situaciones que creen conflicto en el jugador; situaciones reales de juego.

## REGLAS DE JUEGO

### **Objetivo**

Todas las reglas del juego y conocer la picaresca que se produce en las Reglas de Juego.

## **Medios**

Todas las reglas de Fútbol 11, ser árbitros (empatía); situaciones en las que el jugador demuestre ser más listo que el rival.

## VALORES SOCIALES

### **Objetivo**

Condenar en todo momento actos violentos y saber solucionarlos de una manera correcta.

## **Medios**

Empatía, diálogo, resolución de conflictos, crítica constructiva desde un punto de vista ético, tener una actitud crítica sobre las situaciones que rodean al fútbol.

ESCUELA DE FÚTSAL. 1º TRIMESTRE  
CATEGORÍAS: INFANTIL-CADETE- JUVENIL

**OBJETIVOS PARA CADA SESION**

<b>Nº SESION</b>	<b>E.F. DE BASE</b>	<b>TECNICA</b>	<b>TÁCTICA Y ESTRATEGIA</b>	<b>REGLAS DE JUEGO</b>
	1ª SEMANA	PARTIDO PONER EN PRACTICA LO ENSEÑADO		
	Flexibilidad	RECEPCIÓN SEMIPARADA	ATAQUES	TIPOS DE SAQUES
	Coordinación	RECEPCIÓN AMORTIGUAMIENTO	CONTRAATAQUES	SAQUE DE META
	Aprendizaje Técnico	CONTROLES ORIENTADOS	CONTRAATAQUES	SAQUES DE BANDA
	Juego real orientado	PARTIDO PONER EN PRACTICA LO ENSEÑADO		
	2ª SEMANA	CONTROLES ORIENTADOS	ESPACIOS LIBRES	SAQUES DE META
	Flexibilidad	CONDUC: ANDANDO, CARR. LENTA-RAPIDA	ESPACIOS LIBRES	SAQUES DE ESQUINA
	Velocidad	PARTIDO PONER EN PRACTICA LO ENSEÑADO		
	Aprendizaje técnico	CONDUC: C/CAMBIO RITMO: CIRCULO-SLALOM	PAREDES	
	Juego real orientado	CONDUC: CONTROL, CONDUCCIÓN Y TIRO		PENALTY
	TESTS	TALLA-PESO-FLEXIBILIDAD-VELOCIDAD-GOLPEO C/P DERECHO-GOLPEO C/P IZQUIERDO-JUEGO REAL		
	TESTS	SALTO VERTICAL-RECEPCION-JUEGO REAL		
	TESTS	DOMINIO DEL BALON C/CABEZA-DOMINIO BALON ELEVADO-SAQUE DE BANDA-CONDUCCION-JUEGO REAL		
	TESTS	ULTIMO PARTIDO DE INVIERNO TIPO COMPETICION		

## **ACTIVIDADES PARA EL ENTRENAMIENTO**

El entrenamiento está compuesto:

- 25 % competición interna.
- 25 % juegos de fútbol (1 juego específico para cada uno de los objetivos de la etapa y edad)
- 50 % alternar en cada sesión: Toques de balón, Circuitos de habilidad, Trabajo correctivos 3:0, 3:1, 3:2, distintos juegos 2:1.

En el calentamiento introduciremos siempre los toques de balón y aspectos de habilidad (juegos de destrezas motrices, habilidades motrices básicas, etc.)

## **LA CAPACIDAD DE JUEGO EN EL FÚTSAL**

### **Capacidad Táctica**

- Capacidad táctica en ataque:
- Táctica sin balón
- Táctica con balón
- Capacidad táctica en defensa:
- Táctica individual
- Táctica colectiva

### **Capacidades volitivas:**

- Decisión y resolución
- Perseverancia
- Sentido del riesgo
- Capacidades de atención:
- Concentración
- Constancia
- Asimilación

### **Capacidades cognoscitivas:**

- Percepción
- Anticipación
- Transferir

### **Capacidades psico-sociales:**

- Cooperación

- Comunicación

### **Capacidades condicionales y coordinativas**

#### **Capacidades coordinativas:**

- Aprendizaje motor
- Dirección y control de los movimientos
- Adaptación y transformación de los movimientos

#### **Capacidades condicionales:**

- Fuerza y veloz
- Aceleración y cambio de ritmo
- Resistencia aeróbica y anaeróbica

### **Algunos principios de la preparación técnica**

#### **Dominio**

- Conseguir dominio del balón, del propio cuerpo y del espacio
- Estática y dinámico

#### **Controles**

- Hacerse con el balón para dejarlo en buenas condiciones para jugarlo
- Controles clásicos (paradas, semi paradas, amortiguamiento)
- Controles orientados (doble control, con finta, con driblin, etc.)
- Entrenamiento. Individual o parejas, todas superficies, diferentes trayectorias de procedencia. Jugador estático y en movimiento)

#### **Conducción**

- Control y manejo del balón por el terreno de juego.
- Diferentes superficies
- Diferente velocidad (lenta, rápida, con ritmo)
- Diferente dificultad (simple sin obstáculos y superior con obstáculos)

#### **Cobertura**

- Protección del balón con el cuerpo
- Dinámica y estática
- De costado y espalda

## **Regate**

- Conservar el balón desbordando, al contrario
- Simple y compuesto
- Finta y regate

## **Fintas**

- Engañar, distraer al contrario de la acción que se va a ejecutar
- Antes de la posesión
- Después de la posesión

## **Pases**

- Transmisión del balón con los compañeros, juego colectivo
- Diferentes distancias
- Diferentes direcciones y trayectorias
- Diferentes superficies de contacto
- Diferentes alturas

## **Juegos de cabeza**

- Superficie de contacto (frontal, frontal parietal, parietal)
- Entrenamiento (parado, salto, carrera, salto-carrera plancha)

## **Tiro a puerta**

- Superficies (pie y cabeza)
- Con jugador (parado, en movimiento, después de una acción individual o colectiva)
- Con balón (parado, que viene de frente, que viene de atrás, de costado)
- Altura del balón (altos, rasos, media altura, bote pronto)
- Trayectoria del balón (con y sin balón efecto, ascendente, descendente...)

## **Portero**

- Posición y situación del portero
- Blocaje (estático, dinámico, salto, alturas estiradas)
- Despejes (puños, pies, muslo, antebrazos, cabeza)
- Desvíos (situaciones límites)
- Saques (manos, pies)
- Conducciones y apoyo

## FILOSOFÍA DE LAS ESCUELA DE FUTSAL LOS ANDINOS

En las categorías Infantil, Cadete y Juvenil, la academia de fútbol sala adopta una filosofía que pone énfasis en la calidad del juego y el desarrollo general de los jugadores en lugar de centrarse únicamente en los resultados inmediatos. Este enfoque tiene como objetivo fomentar un entorno de aprendizaje donde los errores se consideren oportunidades de crecimiento y se fomenten los riesgos tácticos como parte del proceso de mejora.

- **Esfuerzo y dedicación:** se anima a los jugadores a luchar por la victoria con dedicación y deseo de dar lo mejor de sí. Sin embargo, ganar a toda costa no es el objetivo final.
- **Aprendizaje y Mejora:** El foco está en el aprendizaje continuo y la superación personal, tanto individual como colectiva.
- **Aceptando desafíos:** las derrotas se consideran una parte inevitable del juego y no hay garantía de victoria. Sin embargo, ante una derrota, el énfasis debe estar en el desempeño general del equipo en lugar de insistir en el resultado.
- **Entrenar como juego y jugar como entrenamiento:** se anima a los jugadores a abordar las sesiones de entrenamiento con la misma intensidad y concentración que lo harían en los partidos reales.
- **Jugar bien conduce a ganar:** El éxito en el campo se considera una consecuencia natural de jugar bien y desarrollar fuertes habilidades futbolísticas.
- **Motivación a través del refuerzo positivo:** los jugadores están motivados para concentrarse en jugar lo mejor que puedan, con la creencia de que los resultados positivos se producirán de forma natural, como la fruta madura que cae de un árbol.

## DIEZ REGLAS PARA LA MEJORA CONTINUA

- Estar dispuesto a abandonar la forma anterior de pensar.
- Siempre que te dediques a enseñar debes dudar sobre lo que estas enseñando.
- Para curar las deficiencias de un jugador o de tu equipo no basta detectar y diagnosticar. Hay que buscar sus raíces y aplicar los remedios pertinentes.
- Hace falta perfeccionar cada aspecto básico si se pretende que salga bien en el próximo partido. Debes saber que los pequeños detalles cambian enormemente las circunstancias.
- Paso a paso se llega muy lejos.
- Una solución al 100% es difícil de alcanzar.

- La diferencia entre excelente y bueno es un poco de esfuerzo. El entusiasmo convierte el trabajo o entrenamiento más duro en una labor placentera.
- La mejor preparación para mañana es realizar óptimamente el trabajo de hoy. El éxito final se compone de una serie de pequeñas victorias diarias.
- Ninguno por separado es tan listo como todos juntos. Trabajar en equipo es el camino más rápido para alcanzar éxitos. Como dijo Magic Jhonson: “No te preguntes que puede hacer el equipo por ti, pregúntate qué puedes hacer tu por el equipo”.
- El proceso de mejora continuo no tiene fin.

## **REGLAMENTACIÓN DE LA ACADEMIA DE FUTSAL ANDINOS**

La escuela deportiva cuenta con reglas y normas para garantizar un ambiente seguro, respetuoso y productivo. A continuación, presentamos las reglas que deben cumplir.

### **1. Respeto y Disciplina:**

1.1 Los jugadores y jugadoras deben mantener una actitud de respeto hacia las actividades, decisiones y consignas propuestas por sus entrenadores.

1.2 Esforzarse por aprender y mejorar en todos los aspectos del deporte.

1.3 Acatar las sanciones disciplinarias si es necesario.

1.4 Mantener la compostura en el banquillo y seguir las indicaciones del entrenador o entrenadora.

1.5 Apagar los móviles y otros dispositivos electrónicos durante las actividades deportivas.

### **2. Solidaridad y Trabajo en Equipo:**

2.1 Colaborar y apoyar a los compañeros y compañeras dentro y fuera del terreno de juego.

2.2 Asistir puntualmente a los entrenamientos, ya que la asistencia es obligatoria.

2.3 Justificar con antelación las ausencias a entrenamientos y partidos cuando sea necesario.

2.4 No tocar el balón hasta que el entrenador lo autorice.

### **3. Juego Limpio y Deportividad:**

3.1 No protestar ni mostrar gestos despectivos hacia el árbitro, los contrarios o el público.

3.2 Al finalizar el partido, saludar al equipo adversario y agradecer el apoyo del público.

3.3 Evitar acciones violentas o conductas antideportivas.

3.4 Utilizar un lenguaje apropiado tanto en los partidos como en los entrenamientos.

4. Igualdad y Responsabilidad:

4.1 Tratar a todos los compañeros y compañeras por igual, sin importar su sexo, religión o raza.

4.2 Comportarse con humildad y generosidad.

4.3 Asistir puntualmente a los entrenamientos y eventos deportivos.

4.4 Usar la indumentaria oficial requerida para cada caso.

## **NORMAS DE UTILIZACIÓN DE MATERIAL DEPORTIVO Y VESTUARIOS**

El entrenador desempeña un papel crucial en la gestión efectiva de los materiales e instalaciones durante las sesiones de entrenamiento. Sus responsabilidades incluyen:

- **Garantizar el uso adecuado del material de apoyo:** El entrenador es responsable de instruir a los alumnos sobre el uso correcto del material de apoyo durante los entrenamientos y supervisar su utilización adecuada.
- **Gestión del material:** El entrenador es responsable de recoger el material necesario para cada sesión de entrenamiento y de guardarlo en su lugar designado una vez finalizada la misma. En caso de requerir asistencia de los alumnos, el entrenador debe asegurarse de que todo el material se haya recogido correctamente.
- **Uso exclusivo del material:** El material debe utilizarse exclusivamente para su función específica. El entrenador es responsable de garantizar el uso adecuado del material por parte de los alumnos y de tomar las medidas disciplinarias necesarias en caso de incumplimiento.
- **Seguridad de las instalaciones:** Las llaves de las instalaciones no deben entregarse a ninguna persona ajena al personal autorizado, siendo de uso exclusivo del entrenador o del cuerpo técnico.
- **Control de balones:** Es importante mantener un control adecuado de los balones utilizados durante los entrenamientos.
- **Cumplimiento de normas:** El entrenador debe garantizar el cumplimiento de todas las normas establecidas en esta circular, así como de cualquier otra norma lógica de uso correcto del material y las instalaciones de la escuela.

## **EVALUACIÓN**

La Academia de Fútbol "ANDINOS" reconoce la importancia de la evaluación como un componente integral del proceso de planificación y mejora continua. Se cree firmemente que la evaluación, basada en datos objetivos, permite reflexionar sobre el trabajo realizado e identificar áreas de oportunidad para el crecimiento y desarrollo de los alumnos.

**Evaluaciones trimestrales de los jugadores:** Se entregará a cada jugador un cuadernillo de evaluación al finalizar cada trimestre para medir su progreso en diferentes áreas clave. Estas evaluaciones serán realizadas por los coordinadores o, en su defecto, por los monitores bajo la supervisión de los coordinadores.

**Evaluación de la satisfacción:** El Coordinador de la Escuela realizará una evaluación de satisfacción dirigida a las familias y jugadores para recopilar sus opiniones y sugerencias sobre el programa.

**Evaluaciones continuas por parte del cuerpo técnico:** Los entrenadores llevarán a cabo evaluaciones continuas del grupo en general y de cada jugador de manera individual, proporcionando retroalimentación y orientación personalizada.

**Autoevaluación individual y grupal:** Cada miembro del equipo, incluidos los entrenadores, monitores y coordinadores, realizará una autoevaluación individual y grupal para identificar sus fortalezas, áreas de mejora y oportunidades de crecimiento profesional.

En conjunto, la Academia "ANDINOS" implementa un sistema de evaluación integral que involucra a todos los actores del proceso educativo. Esta evaluación continua permite identificar fortalezas, detectar debilidades y tomar decisiones estratégicas para optimizar el proceso de enseñanza-aprendizaje y garantizar el desarrollo integral de los jugadores.

## ANEXOS

### ANEXO 1 – Posible tabla de Evaluación Técnica

POSIBLE EVALUACIÓN TÉCNICA	ENTRENAMIENTO							
	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°
<b>El toque del balón</b>								
Interior del pie derecho								
Interior del pie izquierdo								
Empeine interior derecho								
Empeine interior izquierdo								
Empeine total derecho								
Empeine exterior derecho								
Empeine exterior izquierdo								
<b>La recepción</b>								
Con la cabeza								
Con el pecho								
Con el muslo								
Con las piernas								
Con interior pie derecho								
Con interior pie izquierdo								
Con empeine total derecho								
Con empeine total izquierdo								
Con empeine exterior derecho								
Con empeine exterior izquierdo								
<b>Intercepción</b>								
Tacle con la derecha								

Tacle con la izquierda								
Entrada con la derecha								
Entrada con la izquierda								
Carga								
<b>La conducción</b>								
Con empeine interior derecho								
Con empeine interior izquierdo								
Con empeine total derecho								
Con empeine total izquierdo								
<b>Regate adversario de frente</b>								
Sustracción con empeine interior								
Sustracción empeine interior y finta								
Sustracción empeine interior y dos fintas								
Regate atravesado								
Retiración de balón								
<b>Regate adversario detrás</b>								
Vuelta hacia atrás								
Recepción con finta								
Con vuelta, sin recepción								
<b>El cabeceo</b>								
De frente en salto								
De frente en carrera								
A la derecha en salto								

## BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, J. (2014). *DISEÑO METODOLÓGICO E IMPLEMENTACIÓN DE UNA ESCUELA DEPORTIVA DE FÚTBOL DE SALÓN PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS EN EDADES DE 6 A 14 AÑOS DEL BARRIO VILLAGLADYS EN LA LOCALIDAD DE ENGATIVA*. Obtenido de Universidad Libre de Colombia, Bogotá, DC: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/7641/AcostaRodriguezJimmyAlexander2014.pdf>.
- Camejo, C. M. (2019). La ocupación del tiempo libre: una propuesta para la formación integral del adolescente. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 188-198.
- Carballosa, L. M. (2017). Proyecto de actividades físico-recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre en niños de 10-12 años. *Universidad y sociedad*, 35-38.
- Castro, V. M., & Marmol, S. G. (2010). Organización de escuelas deportivas. Aprende, practica y disfruta con el deporte.
- Cavaleiro, R. A. (2010). *Parametrização das estruturas táticas no jogo de futsal: estudo comparativo entre um jogo da fase de grupos com um jogo da final de um campeonato europeu*. Obtenido de Doctoral dissertation, Universidade de Coimbra.
- Espinoza, M. (26 de Diciembre de 2012). *OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DEL ADULTO MAYOR DE 65 – 80 AÑOS DEL HOGAR DE ANCIANOS “SAN SEBASTIAN” EN LA CIUDAD DE RIOBAMBA AÑO 2012-2013*. Obtenido de Repositorio UNACH : <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/UNACH-EC-CUL.FIS-2013-0011.pdf>
- Llul, J. (2011). *Pedagogía del ocio. Coordinadores de tiempo libre*. Obtenido de Recurso Electronico: <https://eala.files.wordpress.com/2011/02/pedagogc3ada-del-ocio.pdf>
- Lopez, A. (5 de Marzo de 2015). *HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON EN EL ECUADOR*. Obtenido de Blogs de culturafisicasemi Halterofilia Judo y Futsala: <https://culturafisicasemi.wordpress.com/2015/03/05/historia-del-futbol-de-salon-en-el-ecuador/>
- Morales, J. (2023). *Juegos tradicionales en el aprovechamiento del tiempo libre de estudiantes de bachillerato*. Obtenido de Repositorio UNACH: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/10646/1/UNACH-EC-FCEHT-PAFD-0007-2023.pdf>

- Observatorio Social del Ecuador. (2018). *Situación de la niñez y adolescencia en el Ecuador, una mirada a través de los ODS.*, 206.
- ONU. (12 de Noviembre de 2019). *Un 80% de los adolescentes no hace suficiente actividad física.* Obtenido de NACIONES UNIDAS: <https://news.un.org/es/story/2019/11/1465711>
- Parlebas, P. (1981). El futbol Sala y el ataque tactico. En *El Futbol Sala* (pág. 90).
- Paz, S. (20 de Febrero de 2020). *Uso del tiempo libre, niveles de actividad fisica en niños de la Unidad Educativa Vigostky.* Obtenido de Repositorio UNACH : <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Tesis%20Uso%20del%20Tiempo%20Libre-%20Lopez%20Morocho.pdf>
- Quintana, I. L., & Ortuzar, A. M. (2016). El valor del ocio en la sociedad actual. En *In La marcha nocturna:¿ Un rito exclusivamente español?* (pág. 36). Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD).
- Reglas del Futbol Sala.* (2020-2021). Fédération Internationale de Football Association.
- Sandoval, F. V. (2024). *Circuitos de coordinación en la conducción del balón en arqueros de fútbol* . Obtenido de Repositorio UNACH: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/12681/1/UNACH-EC-FCEHT-PAFD-0008-2024.pdf>
- Segarra, J. (2024). *Escuelas Deportivas.* Obtenido de Fundacion Deporte y Desafio: <https://deporteydesafio.com/programas-deportivos/actividades-escuela-deportiva.html#:~:text=La%20Escuela%20Deportiva%20es%20un,capacidades%20individuales%20de%20cada%20uno>
- Tiempo Libre. (12 de Agosto de 2022). Buenos Aires: Etecé. Obtenido de <https://concepto.de/tiempo-libre/>.
- Tocto, J. (5 de Abril de 2010). *Formacion de la escuela de futbol base y su influencia en la busqueda de talentos.* Obtenido de Repositorio UNACH : [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/UNACH-EC-CUL.FIS-2010-0011%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/UNACH-EC-CUL.FIS-2010-0011%20(1).pdf)
- Torres, A. (2012). *Análisis de la reforma de Thomas Arnold a través del concepto de Función Moralizadora de Hernández Álvarez, JL (1996).*



# ¿QUÉ HACEMOS EN NUESTRO TIEMPO LIBRE?

Un proyecto estadístico realizado por alumnos de  
4ºESO del IES de Infanta



## PROYECTO C-T

Miguel Sánchez

Consuelo García

Miguel Alón

Isaac Mijil



## ACADEMIA FUTSAL ANDINOS

Encuesta dirigida a los varones y mujeres de 12 a 18 años que deseen ingresar a la Academia de Futsal Andinos.

Peso:		Estatura:	
Sexo:	Masculino <input type="checkbox"/>	Femenino	<input type="checkbox"/>

1. Edad

- 12-13
- 14-15
- 16-18

2. ¿Qué haces en tu tiempo libre?

- Me entretengo con el ordenador o el móvil.
- Juego con mi videoconsola (PS4, Nintendo, XBOX...)
- Veo la televisión.
- Me gusta leer libros
- Otras actividades: \_\_\_\_\_

3. ¿Cuántas horas dedicas al día tu tiempo libre?

- 1 hora o menos
- Entre 1 hora y 3 horas
- 3 horas o mas
- No tengo horas de tiempo libre

4. ¿Consideras que tienes bastante tiempo libre?

- Si, suficiente
- Si, demasiado
- No

5. ¿Con quién pasas la mayor parte de tu tiempo libre?

- Con mis padres y hermanos
- Con otros familiares (abuelos, tíos, primos, etc.)
- Con mis amigos
- Normalmente estoy solo.

6. ¿Qué haces los fines de semana cuando te reúnes con tus amigos?

- Voy a las discotecas, cervecerías...
- Hago botellón
- A veces, consumo sustancias adictivas (drogas, tabacos, etc.)
- No suelo salir los fines de semana con los amigos
- Otras actividades: \_\_\_\_\_

7. ¿Practicas deporte en tu tiempo libre?  Si  No

8. ¿Qué haces en vacaciones?

- Curso Vacacional (Natación, Fútbol, Música, Pintura, etc.)
- Hacer actividad física
- Viajar a otros lugares
- Trabajar
- No hacer nada, me gusta hacer lo que hago normalmente.



9. Cuanto conoces sobre el deporte del futsal.

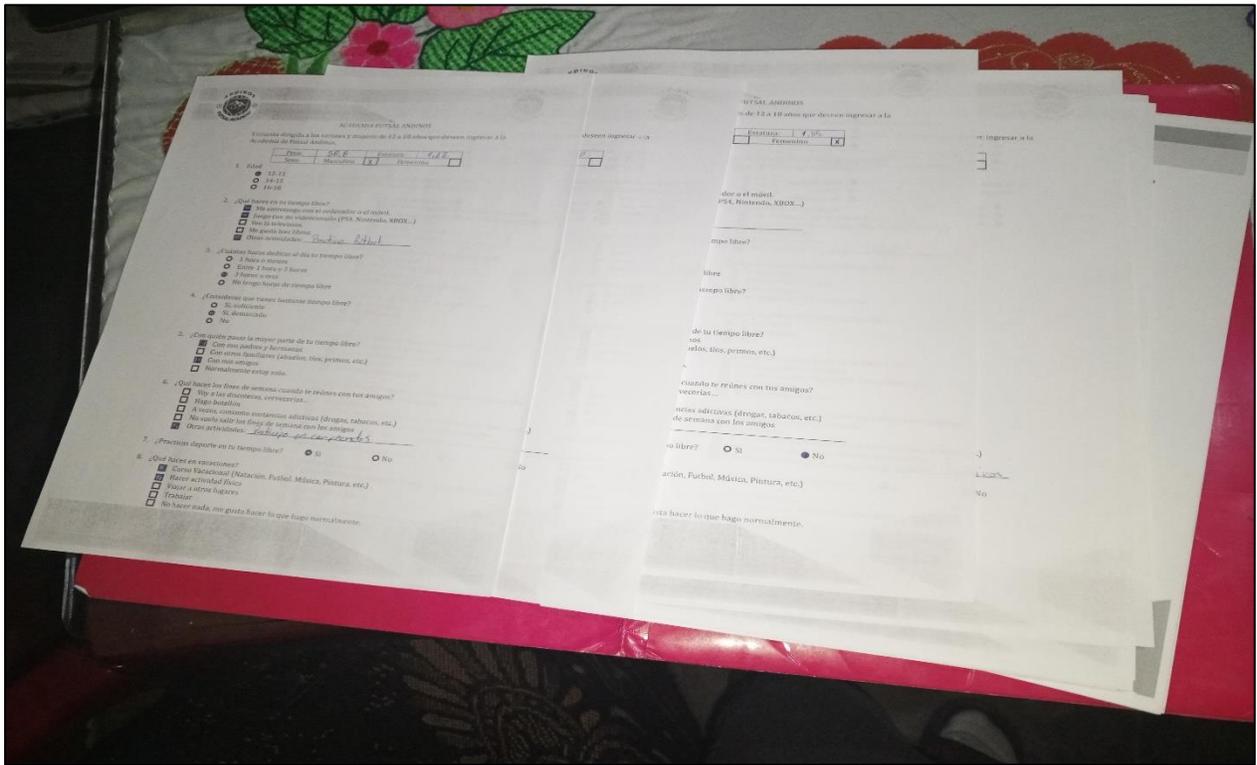
- Mucho
- Mas o menos
- Poco
- Nada

10. Te gustaría que hubiera una escuela permanente de futsal en el cantón Pallatanga, para que puedas aprovechar tu tiempo libre en este deporte.

- Si me interesa
- Talvez
- No me interesa







Libro

Buscar herramientas, ayuda y mucho más (Alt + Q)

Inicio Iniciar sesión

Archivo Inicio Insertar Compartir Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda Dibujo

Comentarios Edición

Aptos Narrow 11

General

AA57

	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG
7																							
8	tantas horas	Consideras que	Con quien pasas la mayor parte de tu tiempo libre				Que haces los fines de semana cuando te reúnes con tus amigos					Practicas deporte en tu tiempo libre	Que haces en vacaciones					Cuanto conoces sobre el deporte del fútbol	Te gustaria que hubiera una escuela de fútbol				
9	tempo libre	tiempo bastante	Op. 1	Op. 2	Op. 3	Op. 4	Op. 1	Op. 2	Op. 3	Op. 4	Op. 5		Op. 1	Op. 2	Op. 3	Op. 4	Op. 5						
10	3	2	1								5	1			3	4	5	2					
11	2	1		2						4		1	1					2					
12	2	1	1		3						5	2				4		3					
13	1	3	1								5	1					5	4					
14	3	2			3						5	1	1			4		1					
15	3	2				4		2				1					4	3					
16	2	1	1							4		2					4	2					
17	2	1			4					4		1					4	4					2
18	2	1	1								5	1	1		3			2					1
19	2	1	1		3						5	1				4		1					1
20	1	3	1								5	1	1					2					1
21	3	2	1		3						5	1	1	2				4					1
22	2	1	1		3					4		1			3		5	2					1
23	1	3	1							4		1	1	2		4		2					1
24	3	2	1		3			2			5	1		2	3			3					1
25	3	2	1							4		2					5	4					1
26	2	1	1		3						5	1			3	4		2					1

Estadísticas del libro de trabajo

Enviar comentarios a Microsoft

80%

Buscar

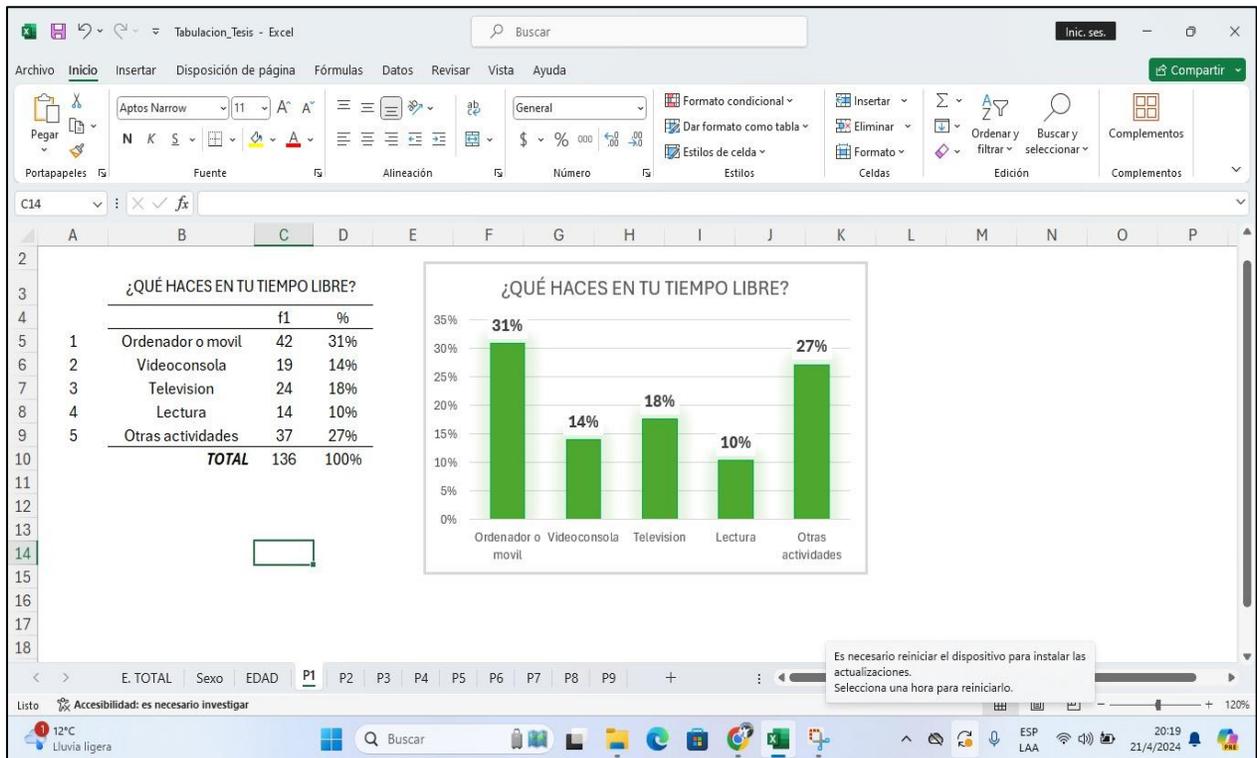
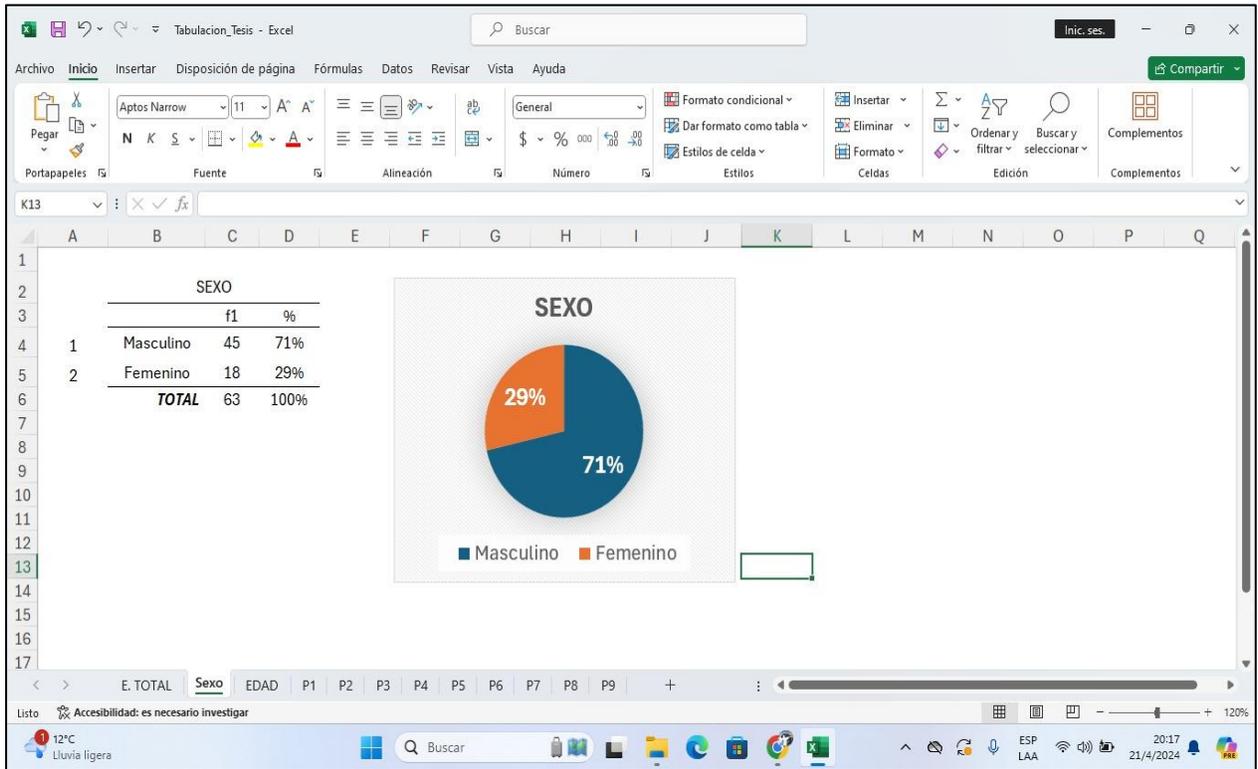
Libro.xlsx - Micros...

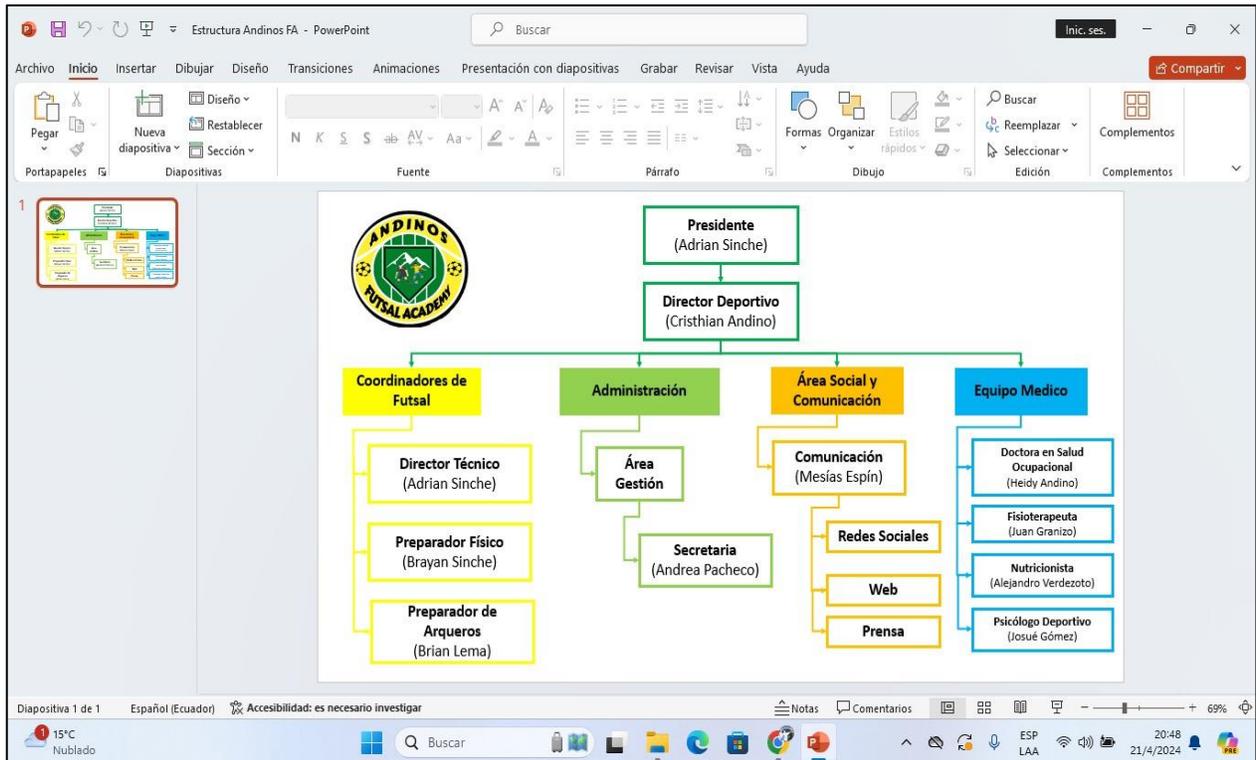
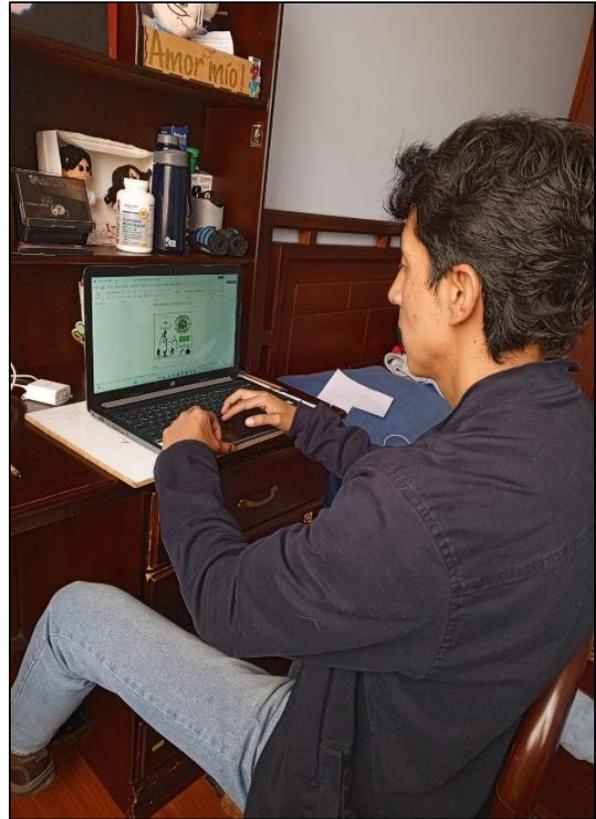
Perfil Proyecto de...

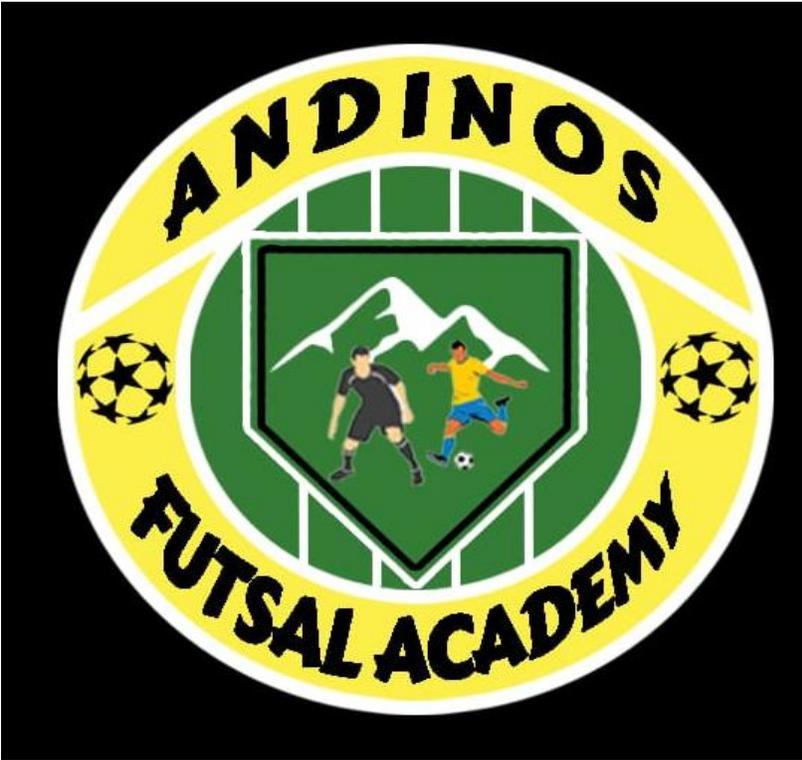
14°C

9:55

18/4/2024









## Javi Sport

Juan de León Cordero 12.179 y Antonio castelo sector puente 3 via al valle de los chillos Quitó  
0994515001  
jdarios1983@gmail.com

# FACTURA

Facturación Dirección  
Sinche Adrian

**INV150**  
02-03-2024

Nº	Producto	Cantidad	Tarifa	Monto
1	Vallas De 6 Pulgadas	6.00	5.50	33.00
2	Vallas De 9 Pulgadas	6.00	6.00	36.00
3	Conos De 9 Pulgadas	12.00	1.30	15.60
4	Set De 12 Ulas Planas	1.00	24.00	24.00
5	Estacas Con Base Domo	6.00	10.00	60.00
6	Escaleras De Coordinación Akkon	2.00	15.00	30.00
7	Set De 50 Platos	1.00	15.00	15.00
8	Balones De Fútbol	10.00	13.00	130.00
9	Si Realiza La Compra De Todo El Material La Tula Porta Balones Gratis	1.00	0.00	0.00
10	Valor Envío	1.00	5.00	5.00

Tenga en cuenta

**Total :** \$ 348.60  
**Gran total** \$ 348.60  
**Saldo :** \$ 348.60

  
Javier simbaña  
Firma





Gobierno Autónomo Descentralizado  
Municipal de Pallatanga

Sucre y 24 de Mayo (esquina) Telefax: 2919128-2919129

0044849

SOLICITUD

Pallatanga, 08 de Marzo de 2024

Señor David León González  
Presente Alcalde del GADM Pallatanga.  
De mi consideración:

Yo, Adrian Sandoval, muy

comedidamente me dirijo a usted para solicitarle autorizo a quien corresponda me  
permita la utilización del Parque del Buen Vivir  
de Lunes a Viernes en horario de 15:00 - 18:00  
para entrenamiento del futbol sala.

Por la favorable atención que se digne dar a la presente, expreso mi agradecimiento.

Atentamente,

[Firma]  
FIRMA  
C.I. 0604869222  
0986096443

GAD MUNICIPAL DE PALLATANGA  
RECIBIDO  
HOR.  
08 MAR 2024 16:02  
SECRETARÍA GENERAL



Gobierno Autónomo Descentralizado  
Municipal de Pallatanga

Sucre y 24 de Mayo (esquina) Telefax: 2919128-2919129

0043276

**CERTIFICADO DE NO ADEUDAR**

DE: SINCHE ANDRADE ADRIAN TRINIDAD

C.I. 0604869222 C.V. 000-000

DOMICILIO: PALLATANGA

OBJETO DE LA SOLICITUD: TRAMITE

FECHA: 13/03/2024

FIRMA DEL SOLICITANTE: \_\_\_\_\_

CONTROL RECAUDACIONES:

PREDIO URBANO	
PREDIO RURAL	
PATENTES	
A LOS ACTIVOS TOTALES	
AGUA, ALCANTARILLADO	
OTROS	



EL TESORERO MUNICIPAL, CERTIFICA QUE EL SOLICITANTE NO ADEUDA VALOR ALGUNO A LA FECHA POR CONCEPTO DE IMPUESTOS TASA, Y OTROS GRAVÁMENES, AL GAD-MUNICIPAL.

FECHA DE EXPEDICIÓN:

CERTIFICADO VALIDO POR QUINCE DÍAS

\_\_\_\_\_  
TESORERO MUNICIPAL



**GOBIERNO AUTONOMO DESCENTRALIZADO MUNICIPAL DE  
PALLATANGA**



**INFORME DE COMPATIBILIDAD DE USO EL SUELO**

<b>N° Certificado</b>	GADMP-US-2024-023					
<b>Nombre</b>	SINCHE ANDRADE ADRIAN TRINIDAD					
<b>Cédula</b>	0604869222					
<b>Cod. Catastral</b>	-					
<b>Código CIU</b>	<b>Actividad</b>					
-	Entrenamiento de futbol sala					
<b>Ubicación</b>	Parque del Buen vivir					
<b>Hora y fecha</b>	Lunes a viernes, 15h00 a 18h00					
<b>Fecha expedición o realización del evento</b>	día	13	mes	03	año	2024
<b>Compatibilidad</b>	SI	<b>X</b>	NO	Temporal		
<b>Amenaza latente natural o antrópica en el sector</b>	SI		NO	<b>X</b>		
<b>Documento adicional</b>	Factura de Pago de la tasa					<input type="checkbox"/>
<b>Vigencia</b>	Temporal	<b>X</b>	3 meses		12 meses	

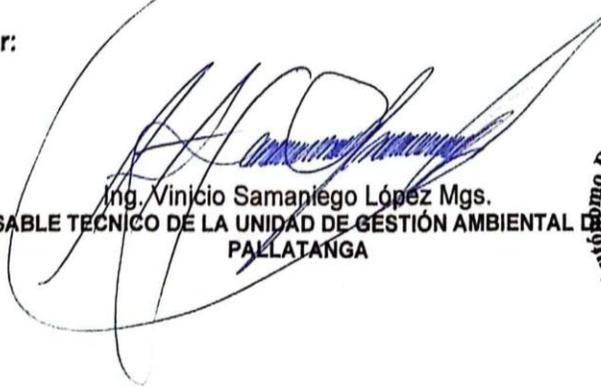
**Grafico:**



**Observaciones:**

- El mantenimiento del espacio deportivo como contraparte

**Elaborado por:**

  
 Ing. Vinicio Samaniego López Mgs.  
 RESPONSABLE TÉCNICO DE LA UNIDAD DE GESTIÓN AMBIENTAL DEL GOBIERNO AUTÓNOMO DESCENTRALIZADO MUNICIPAL DE PALLATANGA  
 PALLATANGA





