

	GESTIÓN DE RECURSOS Y SERVICIOS BIBLIOTECARIOS	Código	FO-SB-12/v0
	ESQUEMA HOJA DE RESUMEN	Página	1/95

## RESUMEN TRABAJO DE GRADO

### AUTORES:

NOMBRE(S) VÍCTOR CAMILO APELLIDOS ROJAS GUAUQUE

FACULTAD: EDUCACION, ARTES Y HUMANIDADES

PLAN DE ESTUDIOS: LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

### DIRECTOR (S):

NOMBRE(S) SANDRO APELLIDOS BEJARANO MONTAÑEZ

TÍTULO DEL TRABAJO (TESIS): MODELO DE ENTRENAMIENTO COMPLEMENTARIO A LA PREPARACION DEPORTIVA PARA ACRECENTAR EL DESEMPEÑO DE LOS NIÑOS DE 11 Y 12 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO ATLETICO JUVENTUS DEL MUNICIPIO DE SOACHA

**RESUMEN.** Desarrollar y aplicar un modelo de entrenamiento complementario a la fundamentación técnica y táctica deportiva en la disciplina de fútbol, a partir de la investigación de factores externos como lo son entorno social, nutrición, estado de ánimo que influyen en el desempeño deportivo de niños de la escuela de fútbol Academia Juventus del municipio de Soacha Cundinamarca.

**PALABRAS CLAVES:** entrenamiento, desempeño, fútbol, comunidad, nutrición

### CARACTERÍSTICAS

PÁGINAS: 95 PLANOS:      ILUSTRACIONES:      CD ROOM: 1

Elaboró		Revisó		Aprobó	
Equipo Operativo del Proceso		Comité de Calidad		Comité de Calidad	
Fecha	24/10/2014	Fecha	05/12/2014	Fecha	05/12/2014

MODELO DE ENTRENAMIENTO COMPLEMENTARIO A LA PREPARACION  
DEPORTIVA PARA ACRECENTAR EL DESEMPEÑO DE LOS NIÑOS DE 11 Y 12 AÑOS  
DEL CLUB DEPORTIVO ATLETICO JUVENTUS DEL MUNICIPIO DE SOACHA

VÍCTOR CAMILO ROJAS GUAUQUE

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER  
FACULTAD DE EDUCACION, ARTES Y HUMANIDADES  
PLAN DE ESTUDIOS DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN  
EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES  
CREAD BOGOTA  
2017

MODELO DE ENTRENAMIENTO COMPLEMENTARIO A LA PREPARACION  
DEPORTIVA PARA ACRECENTAR EL DESEMPEÑO DE LOS NIÑOS DE 11 Y 12 AÑOS  
DEL CLUB DEPORTIVO ATLETICO JUVENTUS DEL MUNICIPIO DE SOACHA

VÍCTOR CAMILO ROJAS GUAUQUE

Trabajo de grado presentado como requisito para optar el título de Licenciado en Educación  
Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes

Director  
SANDRO BEJARANO MONTAÑEZ  
Especialista

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER  
FACULTAD DE EDUCACION, ARTES Y HUMANIDADES  
PLAN DE ESTUDIOS DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN  
EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES  
CREAD BOGOTA  
2017



UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER  
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE GRADO  
FACULTAD DE EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES

HORA: 8:00 A.M

No. ACTA: 877

FECHA: 23 de Septiembre de 2017

LUGAR: BOGOTÁ

JURADOS: FRANKLIN LEONARDO MARQUEZ GARCIA  
GLORIA STELLA SUAREZ TOVAR  
ZULMA CONSTANZA JUDITH MENDEZ LÓPEZ

TITULO DE LA TESIS: MODELO DE ENTRENAMIENTO COMPLEMENTARIO A LA PREPARACIÓN DEPORTIVA PARA ACRECENTAR EL DESEMPEÑO DE LOS NIÑOS DE 11 Y 12 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO ATLETICO JUVENTUS DEL MUNICIPIO DE SOACHA

DIRECTOR (A): SANDRO BEJARANO MONTAÑEZ

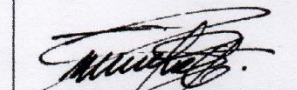
NOMBRE DE LOS ESTUDIANTES:            CÓDIGO    NOTA    CALIFICACIÓN

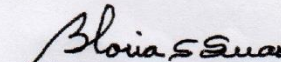
VICTOR CAMILO ROJAS GUAUQUE            0730587    4.0    APROBADO

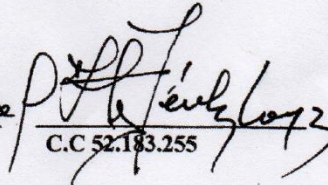
PLAN DE ESTUDIOS: Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física  
Recreación y Deporte

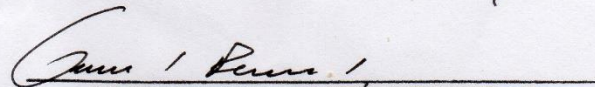
OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

FIRMA DE LOS JURADOS

  
C.C. 88.223.050

  
C.C. 41.313.392

  
C.C. 52.183.255

  
COORDINADOR COMITÉ CURRICULAR

## Contenido

	<b>pág.</b>
Introducción	8
1. Problema	10
1.1 Título	10
1.2 Planteamiento del problema	10
1.3 Formulación del problema	11
1.4 Justificación	11
1.5 Objetivos	14
1.5.1 Objetivo general	14
1.5.2 Objetivos específicos	14
1.6 Delimitaciones	15
1.6.1 Límites temporales	15
1.6.2 Límites espaciales	16
2. Marco referencial	17
2.1 Antecedentes	17
2.1.1 Antecedentes empíricos	17
2.1.2 Antecedentes bibliográficos	19
2.2 Marco contextual	20
2.3 Marco teórico	23
2.3.1 Entrenamiento deportivo	23
2.3.2 Factores que inciden en el entrenamiento deportivo	25
2.4 Marco Legal	33

3. Metodología	48
3.1 Tipo de investigación	48
3.2 Población y muestra	50
3.3 Instrumentos para recolección de información	51
3.4 Análisis e interpretación de resultados	52
4. Diseño de la propuesta	54
4.1 Fundamentación	54
5. Desarrollo de la propuesta	57
5.1 Metodología y actividades	57
5.1.1 Propuesta Pedagógica a la Secuencia Metodológica	59
5.2 Proceso de coaching:	60
5.3 Actividades	62
5.3.1 Evaluación de actividades	70
6. Conclusiones	72
7. Recomendaciones	74
Referencias bibliográficas	75
Anexos	77