

Ejecución técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva

Technical execution in women's soccer according to age and level of sports experience

Francisco Javier Larriva González, Santiago Alejandro Jarrín Navas, Natalia María Rodríguez Zárate

RESUMEN

La investigación hace referencia a la Ejecución Técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva, se realizó en la ciudad de Azogues, en la parroquia Javier Loyola en la Universidad Nacional de Educación UNAE, considerando que la preparación de la ejecución técnica es importante para descubrir las habilidades de las deportistas en el fútbol y que su rendimiento en el campo de juego se desempeñe de manera óptima; el estudio tuvo como objetivo determinar la ejecución técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva; se utilizó un diseño no experimental, con un enfoque cualitativo, se aplicó como instrumento de recolección de información una encuesta, además una ficha de observación, evidenciando en la parte del análisis de los resultados de los instrumentos de recolección de información que las deportistas les gusta realizar el entrenamiento de manera grupal debido que a través de ellos genera ambientes de motivación, al igual que según la experiencia las deportistas en el entrenamiento demostraron ejecutar las técnicas en un equilibrio normal, es por ello que se requiere demostrar entusiasmo en el entrenamiento para que se potencia-lice de manera correcta el control y dominio del balón en el campo de juego.

Palabras clave: Ejecución técnica; fútbol; nivel de experiencia; deportistas; campo de juego.

Francisco Javier Larriva González 

Universidad Católica de Cuenca – Ecuador. fjarrivag07@est.ucacue.edu.ec

Santiago Alejandro Jarrín Navas 

Universidad Católica de Cuenca – Ecuador. sjarrin@ucacue.edu.ec

Natalia María Rodríguez Zárate 

Universidad Católica de Cuenca – Ecuador. natalia.rodriguez@ucacue.edu.ec

<http://doi.org/10.46652/runas.v4i7.109>

ISSN 2737-6230

Vol. 4 No. 7 enero-junio 2023, e230109

Quito, Ecuador

Enviado: enero 18, 2023

Aceptado: abril 11, 2023

Publicado: abril 20, 2023

Publicación Continua



ABSTRACT

The research refers to the Technical Execution in women's soccer according to age and level of sports experience, it was carried out in the city of Azogues, in the Javier Loyola parish at the National University of Education UNAE, considering that the preparation of the technical execution it is important to discover the skills of athletes in soccer and that their performance on the field of play is optimal; Its objective is to determine the technical execution in women's soccer according to age and level of sports experience; a non-experimental design was used, with a quantitative approach, and a survey and an observation sheet were applied as an information collection instrument, evidencing in the part of the analysis of the results of the information collection instruments that the athletes like to carry out their training in a group way because through them it generates motivational environments, just as according to the experience the athletes in the training demonstrated to execute the techniques in a normal balance, that is why it is required to show enthusiasm in the training to that the control and mastery of the ball on the field of play is correctly potentiated.

Key words: Technical execution; Football; level of experience; Athletes; field of play.

1. Introducción

Actualmente el fútbol se considera un deporte inclusivo de género, debido a los grandes avances es practicado por todos los seres humanos tanto hombres como mujeres, cabe destacar que la práctica deportiva femenina ha dado resultados extraordinarios en el desarrollo de las habilidades que poseen en la práctica de este deporte, de igual manera este nivel de experiencia a través de este género demuestra el valor y la constancia en la práctica al igual, que el género masculino. Medina (2009), menciona que el fútbol es un deporte conocido mundialmente, se pueden practicar desde tempranas edades conjuntamente con entrenadores profesionales, donde les indican y ayudan a desarrollar habilidades, capacidades físicas, técnicas y a estabilizar su salud emocional dentro del juego, es importante desarrollar un desempeño optimo evitando lesiones y problemas en el cuerpo.

Según Fernández et al. (2002), mencionan que la actividad del fútbol se desarrolla a través de aspectos relacionados hacia la coordinación en el uso del balón con el pie, conjuntamente con sus compañeros deportistas, a través del tiempo se vive grandes cambios sobre la valoración de la equidad, ya que este deporte se ha vuelto un juego sin género tanto para hombres y para mujeres, demostrando habilidades y el poder que tienen las mujeres en demostrar a la hora de su entrenamiento y profesión dentro del campo de juego.

Abordando una problematización debido que dentro del fútbol exige grandes retos, motivación para la práctica y el desarrollo de las habilidades en los deportistas mujeres, en la Universidad Nacional del Ecuador UNAE, el equipo de fútbol femenino se ha percibido una notable diferencia entre la experiencia deportiva según la edad en la ejecución técnica entre las deportistas novatas y las que conllevan tiempo de entrenamiento, al no lograr generar sus habilidades, su desempeño correctamente, provocando bajo rendimiento y nerviosismo de las jugadoras principiantes. Para Hughes (2012), indica que para tener éxito en un deporte como es el fútbol, los jugadores tienen

que asumir responsabilidades en cada posición y a la función encomendada en el campo de juego, su responsabilidad de asistir a sus entrenamientos y el cuidado de su organismo alimentándose de manera correcta, siendo capaces de lograr los objetivos planteados al momento de enfrentarse en el terreno de juego.

Borzi (2012), menciona que las jugadoras de fútbol deberán tener un dominio de su técnica para ponerlo en práctica con todos los conocimientos adecuados y aptos, poniendo empeño en su inspiración, creatividad, durante el desarrollo dentro del campo de juego, además, el entrenador debe estar plenamente capacitado para poder ser el mediador de la práctica deportiva adecuada empleando una técnica con precisión y eficacia en los entrenamientos, de esta manera el deportista pueda realizar dentro de un juego ataques rápidos que sirva de apoyo hacia la anotación de goles, manejar el balón de forma individual y al mismo tiempo realizando pases, alejar y quitar la pelota al rival.

El objetivo del estudio se puntualiza en analizar la ejecución técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva en las jugadoras de la Universidad Nacional de Educación, con el apoyo de una fundamentación teórica de estudios relacionados al tema investigativo que den soporte, apoyo y claridad, para propender a generar una propuesta alternativa que mejore los aspectos esenciales en la práctica de este deporte.

Es por ello la importancia de la investigación, busca conocer si se desempeña de manera correcta la parte técnica y su desempeño a través de la experiencia deportiva dependiendo de la edad y experiencia en la escuela de fútbol femenino que se dé un buen desempeño, al igual estar preparados de manera física, técnica y psicológico, evitando problemas a futuro en la fisiología de la deportista en el campo de juego.

Hughes (2012), menciona que para tener éxito en un deporte como es el fútbol, los jugadores tienen que asumir responsabilidades en cada posición y a la función encomendada en el campo de juego, su responsabilidad de asistir a sus entrenamientos y el cuidado de su organismo alimentándose de manera correcta, siendo capaces de lograr los objetivos planteados al momento de enfrentarse en el terreno de juego.

Cada equipo de fútbol consta de varios miembros complementarios en este sentido el entrenador es el que apoya, guía, y entrena a los jugadores para un buen desempeño en el campo de juego, así menciona Pino (2015), que el principal objetivo de los entrenadores de fútbol es alcanzar que sus deportistas no se lesionen y aumenten su rendimiento en el entrenamiento para lograr un buen desarrollo en las competencias, también es importante conocer que mucho esfuerzo físico en los entrenamientos puede causar daños en el cuerpo, cansancio, y fatiga al deportista, se debe también considerar el bienestar de cada jugador.

Verdú et al. (2015), indican que los entrenadores tienen su forma de enseñar y sacar provecho a los deportistas de las habilidades, al final que su manera llega a un resultado u objetivo ya sea de forma positiva o negativa, dependiendo del desempeño por parte del deportista y del proceso

continuo en los fundamentos técnicos para lograr expectativas grandes y el mejoramiento continuo de la práctica deportiva.

El fútbol es un deporte que normalmente se ha visto a través de la sociedad como un juego de hombres, pero a través del tiempo se vive grandes cambios sobre la valoración de la equidad ya que este deporte se ha vuelto un juego de género tanto para hombres y para mujeres, demostrando habilidades y el poder que tienen las mujeres en demostrar a la hora de su entrenamiento y profesión dentro del campo de juego, Chávez (2016), indica que antiguamente los roles de las mujeres se veía muy lejos de la práctica de algún deporte, ya que no todos los deportes eran para ellas porque les denominaban el sexo débil, pero al pasar el tiempo han demostrado ser talentosas en muchos deportes incluso en el fútbol, enseñando disciplina y amor en los entrenamientos.

Benavides (2018), difiere que este deporte es una de las disciplinas que ejerce grandes dificultades en el desarrollo de estrés en los deportistas, debido a que intervienen factores hacia un resultado motivador como son la competencia, sus compañeros deportistas, balón, árbitros, público, entre otros factores, puesto que el control del juego y el desarrollo de la actividad en el campo deportivo a través de un buen desempeño y exigencia de precisión de la acción de un entrenamiento adecuado el deportista logrará tener éxito como jugador.

1.2 Ejecución técnica

La parte técnica que un deportista debe conocer en el fútbol y poner en práctica para aprender a jugar y descubrir las habilidades en el fútbol, es saber controlar el balón de fútbol, además de conducir y pasar el balón a su compañero y apuntar el balón para la anotación de goles, incluso saber el reglamento de fútbol y realizar un entrenamiento óptimo y seguro para evitar lesiones. Además, Baggiotto et. al (2016), mencionan que dentro del fútbol la ejecución técnica son actividades donde se realiza la habilidad del deportista, que se desarrolla a través del movimiento y coordinación de su cuerpo equilibrando la energía para obtener buenos resultados en el desempeño de la práctica del fútbol y las habilidades con el balón.

Por otro lado, Peña et al. (2020), definen que la preparación deportiva está enlazada por la preparación física, técnica, parte de la psicológica y teórica. Estos elementos de la preparación deportiva ayudan a que la deportista se encuentre relajada y se mantenga en forma, con el objetivo de alcanzar resultados positivos en el área que se desenvuelva.

Tomando el criterio de los autores mencionados se sostiene que la preparación física es un tipo de entrenamiento previo a la ejecución de la actividad profesional en deportistas mujeres, alcanzando un beneficio máximo para que su desempeño sea el mejor y evitar además lesiones, indica también, que se debe preparar físicamente si no también preparar las técnicas y la parte psicológica, ya que la deportista se debe encontrar emocionalmente estable, para que su desempeño sea el correcto en el campo de juego.

Manifiesta Cortezaga (2001), que la preparación física en su amplio sentido ayuda a mejorar la condición de salud, además, evitar problemas en la salud, al momento del acondicionamiento físico, ayuda a mejorar distintas capacidades de voluntades para realizar actividades de mejoramiento y para el rendimiento óptimo.

En el estudio realizado por Gómez, et. al (2008), en España los resultados a través de los análisis en descubrir las habilidades técnicas, se evidenció que las deportistas expertas dominan los pases de control de balón y las alumnas recién ingresadas no controlan el balón adecuadamente y les falta más empeño en la práctica de pases.

1.3 Nivel de experiencia deportiva

Dentro de los entrenamientos deportivos del fútbol el nivel de experiencia depende del tiempo en el que el jugador o jugadora practican, esto conlleva tiempo para poder descubrir talentos y desarrollar habilidades, es por ello que una recién incorporada al entrenamiento, no va a desempeñarse como una deportista que ya se encuentra entrenando un buen tiempo, de ahí a que el nivel de experiencia deportiva en el fútbol, no es el mismo entre las jugadoras.

La edad en el fútbol también es un factor importante debido a que existen categorías que se clasifican por ciertas edades, es una manera para demostrar equilibrio entre las jugadoras y se puedan desempeñar mejor, Villamil (2016), indica que el fútbol se divide en varias categorías, donde depende la edad del deportista, cabe recalcar que en el Ecuador existe categorías denominadas Prebenjamines: Entre 5 y 7 años, Benjamines: Entre 8 y 9 años, Alevines: Entre 10 y 11 años, Infantiles: Entre 12 y 13 años, Cadetes: Entre 14 y 15 años, Juveniles: Entre 16 y 18 años.

En España, en la Universidad de Coruña, se realizó un estudio con el tema “Análisis de la fase ofensiva en fútbol femenino: hacia una comprensión del proceso ofensivo desde el paradigma mixed methods”, realizado por Iván-Baragaño (2021) cuyo objetivo es conocer cuáles son los criterios que determinan el éxito ofensivo en fútbol femenino, se utilizó una metodología observacional. Los resultados obtenidos permitieron comprobar la zona de posesión, intención inicial ofensiva y zona de inicio. Las entrevistas realizadas a entrenadoras y jugadoras demostraron criterios en el rendimiento técnico-táctico individual y colectivo, y el rendimiento físico de las jugadoras de élite.

En Ecuador-Ambato, se realizó un estudio de investigación denominado “Ejecución del chute de balón y su relación con los desbalances musculares del tren inferior, en mujeres futbolistas amateur de la ciudad de Ambato” realizado por Espín Victoria y Ponce Lisseth (2019), cuyo objetivo es establecer la relación que existe entre la ejecución del chute de balón y los desbalances musculares del tren inferior, en mujeres futbolistas amateur de la ciudad de Ambato, se llevó a cabo en un estadio sintético, haciéndoles ejecutar a 18 deportistas por medio de la prueba fisio-terapéutica dinamometría, cuyos resultados fueron un desbalance muscular ya que no presentan mayor fuerza en los isquiotibiales para realizar una patada más potente.

En Quito- Ecuador, un estudio sobre “La formación deportiva de las futbolistas y su integración en el equipo de fútbol femenino de liga deportiva universitaria amateur de la Universidad Central del Ecuador” realizado por Carchipulla Sofía (2015) cuyo objetivo es Analizar la formación deportiva de las futbolistas y su integración en el equipo de fútbol femenino de Liga Deportiva Universitaria Amateur de la Universidad Central del Ecuador se aplicó una encuesta que cuyos datos permitieron desarrollar una propuesta alternativa de solución en la creación de una Escuela de futbol femenina dentro de la Universidad.

2. Metodología

En la presente investigación se utilizó un diseño no experimental, alcance descriptivo, con enfoque cualitativo, Este componente cuantitativo permite establecer datos numéricos que se pueden contar, calcular y representar mediante gráficas. Cadena et al. (2017) un corte transversal, tomando en consideración la de fundamentación teórica que apoya a la investigación para poder relacionar con la problemática a base de diferentes estudios.

El contexto de la presente investigación fue la Universidad Nacional del Educación UNAE, ubicada en la ciudad de Azogues, de la provincia del Cañar, parroquia Javier Loyola, con 40 mujeres estudiantes de la selección de fútbol, de esta población se tomó como muestra aleatoria de 28 deportistas entre los 20 a 35 años de edad.

El instrumento de recolección de información se aplicó una encuesta al entrenador que consta de 7 preguntas y una ficha de observación a las deportistas de 7 ítems, para el respectivo análisis y la verdadera situación problemática que se presenta, los instrumentos fueron validados por el método Delphi, por 2 expertos en el área y por el método estadístico utilizando el Alpha de Cronbach, en la ejecución técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva de la Universidad Nacional de Educación.

Los datos obtenidos fueron analizados mediante software estadístico SPSS versión 19, dónde se obtuvo información para el análisis de los resultados, con el fin de explicar y analizar la ejecución técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva de la Universidad Nacional de Educación, además fueron validadas a través de Alfa de Cronbach del mismo programa

3. Resultados

De acuerdo a la encuesta aplicada a las señoritas deportistas de Fútbol de la Universidad Nacional de Educación (UNAE) se obtuvo los siguientes resultados:

Tabla 1. Entrenamiento grupal

Opciones	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Siempre	24	85,7%
Casi siempre	3	10,7%
A veces	1	3,6%
Nunca	0	0%
Total	28	100%

De acuerdo a la primera pregunta, las encuestadas respondieron con un 85,7% siempre creen que entrenar en grupo genera motivación en ellas, el 10,7% Casi siempre, mientras que un 3,6% a veces causa motivación este tipo de entrenamiento grupal, debido que es importante entrenar en grupo para generar espacios de motivación y entusiasmo en el aprendizaje de este deporte debido a que gracias al entrenamiento grupal las jugadoras se conocen y se desempeñan de mejor manera en el campo de juego.

Tabla 2. Entrenamientos físicos, técnicos y psicológicos

Opciones	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Siempre	10	35,7%
Casi siempre	11	39,3%
A veces	6	21,4%
Nunca	1	3,6%
Total	28	100%

En la tabla 2, se puede evidenciar que un 35,7% de las deportistas mencionan que siempre realizan entrenamientos físicos, técnicos y psicológicos, el 39,3% casi siempre, el 21,4% a veces, mientras que el 3,6% con una minoría de porcentaje indica que nunca realizan, debido a que este tipo de entrenamientos es muy importante para que puedan desarrollar habilidades, y al mismo tiempo manejar actitudes en el campo de juego.

Tabla 3. Implementos deportivos

Opciones	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Siempre	5	17,9%
Casi siempre	7	25,0%
A veces	13	46,4%
Nunca	3	10,7%
Total	28	100%

De acuerdo a la pregunta planteada, el 17,9% indica que la Universidad Nacional de Educación siempre cuenta con todos los implementos necesarios para los entrenamientos de sus estudiantes, el 25% indica que casi siempre, mientras que el 46,4% a veces, y el 10,7% nunca, puesto que es indispensable poseer todos los implementos para que se pueda ejecutar un buen entrenamiento y a la vez las entrenadoras se sientan motivadas con los implementos adecuados en su práctica deportiva.

Tabla 4. Preparación física para el desempeño en el campo de juego

Opciones	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Siempre	16	57,1%
Casi siempre	7	25,0%
A veces	5	17,9%
Nunca	0	0%
Total	28	100%

En la tabla cuatro, se evidencia que un 57,1% de las deportistas mencionaron que siempre les ha dado buenos resultados su preparación física en el campo de juego, el 25% casi siempre, mientras que el 17,9% mencionan que a veces, es importante reconocer que los entrenamientos físicos apoyan a la deportista a desempeñarse en el terreno de juego, es ahí en donde desarrollan sus habilidades con el balón.

De acuerdo a la ficha de observación aplicada a las deportistas de fútbol en la Universidad Nacional de Educación UNAE, con el fin de conocer las ejecuciones técnicas de acuerdo a la edad y el nivel de experiencia, por lo que se dividió en dos grupos las cuales consta de un grupo 1 de las deportistas nuevas y el otro grupo 2 de jugadoras que llevan mucho tiempo en el equipo, lo cual apoya al tema de investigación y poder constatar con mayor claridad la problemática del estudio.

En el ítem 1 *Adapta el desplazamiento corporal conjuntamente con el recorrido del balón*, se observó que las deportistas que llevan más tiempo en la práctica deportiva en el equipo de la Universidad, demostraron tener el dominio del balón al momento de hacer el recorrido por la cancha de juego de tal manera que se desplaza el cuerpo coordinadamente sin perder el balón, mientras que el grupo de deportistas nuevas les falta más práctica para poder desempeñarse de forma correcta en el desplazamiento del cuerpo y balón.

De acuerdo al siguiente ítem 2 *Controla el balón en el aire y con el pie*, los dos grupos de deportistas tanto antiguas como las novatas demostraron que la gran mayoría con un 65%, si demuestran tener la habilidad de dominar con el pie el balón cuando recibe desde el aire, los demás deportistas comprendidos al 35% se observó a veces tal dominio.

El tercer ítem *Controla y domina el balón con el muslo*, se observó que muy poco dominan esta habilidad técnica, todo el grupo de deportistas demostraron ciertas dificultades recibir el balón desde el aire y poder parar con el muslo debido al temor del golpe y la fuerza con la que

impacta el balón, incluso mucho de las chicas novatas se hacían hacia un lado por el temor y no medir bien la postura corporal para contralar el balón.

El cuarto ítem Controla y domina el balón con el pecho, las deportistas demostraron mediante las pruebas de ejecución técnica que la minoría de las mujeres dominaban el balón con el pecho, pero la gran parte de las deportistas con un 76% no demostraron estar seguras de recibir el balón con el pecho, debido al dolor que algunas recibieron en las partes sensibles del cuerpo, ya que ellas prefieren no desarrollar con frecuencia este tipo de técnica de control del balón.

En el quinto ítem *Ejecuta el tiro de balón con el borde interno, externo y empeine*, si se observó que las deportistas dominan esta técnica al igual que el ítem *Efectúa el pase de balón con la parte interna del pie*, de la tal manera que las deportistas efectúan la práctica en el desarrollo de las técnicas y el control del balón es prioridad para poder efectuar un partido de calidad.

4. Discusión

De acuerdo a los resultados obtenidos de los instrumentos de recolección de información encuesta y ficha de observación, sirvió de apoyo para el presente tema de investigación y a la vez conocer la realidad en las variables; ejecución técnica en fútbol femenino según la edad y el nivel de experiencia deportiva de las deportistas de la Universidad Nacional de Educación.

El entrenamiento grupal genera ambientes de motivación las deportistas les gusta entrenar de forma grupal, se sienten seguras y con confianza en aprender y potenciar mejor sus habilidades, al igual que estar con sus compañeras de entrenamiento se siente motivadas para aprender técnicas del fútbol, de tal forma que cuando se relaciona con otras personas se puede recibir ayuda y trabajar conjuntamente en los entrenamientos compartiendo conocimientos, Guartán (2022), indica que dentro del fútbol es importante realizar entrenamiento de cohesión grupal ya que aporta grandes beneficios al deportista interactuando de forma social, demostrando sus emociones, este tipo de entrenamientos ayuda a comprenderse mejor con sus compañeros en todos los sentidos para demostrar en el campo de juego esa confianza de ejecutar técnicas en un partido de fútbol.

Los entrenamientos físicos, técnicos y psicológicos para su preparación y desempeño en el fútbol, las deportistas femeninas de fútbol de la UNAE, es importante reconocer que todos los deportes deben contar con entrenamientos de calidad y adecuados sin excepciones, para así evitar grandes lesiones en el cuerpo del deportista, Cortezaga (2001), manifiesta que la preparación física en el amplio sentido ayuda a mejorar la condición física, además, evitar problemas en la salud, Peña et al. (2020), definen que la preparación deportiva está enlazada por la preparación física, técnica, parte de la psicológica y teórica. Estos elementos de la preparación deportiva ayudan a que la persona deportista se encuentre relajada y se mantenga en forma, cuyo objetivo logre alcanzar resultados positivos en el área que se desenvuelva. Que las deportistas no se encuentran preparadas en la parte técnica del entrenamiento, debido que se observó falencias en el entrenamiento,

les falta motivación y empeño en poder destacar y potencializar de mejor manera sus habilidades al igual que existe una notable diferencia entre las jugadoras que ya llevan tiempo en el equipo ellas dominan mejor el balón, mientras que las jugadoras nuevas les falta práctica en la adaptación del equipo universitario de fútbol, ya que en un estudio realizado por Gómez (2008) en España se determina los resultados a través de los análisis en descubrir las habilidades técnicas se evidenció que las deportistas expertas dominan los pases de control de balón y las alumnas recién ingresadas no controlan el balón adecuadamente y les falta más empeño en la práctica de pases.

En Costa Rica se realizó un estudio sobre el “Entrenamiento actual de la condición física del futbolista” realizado por Rivas y Sánchez (2013) donde se tomaron muestras a través de instrumentos de recolección de información evidenciando que los futbolistas se encuentran motivados cuando su entrenamiento desarrolla en grupo, al igual que en nuestra investigación se determinó que las futbolistas mantienen mayor seguridad y motivación cuando entrenan con sus compañeras de campo.

En Colombia de acuerdo a un estudio realizado por Sánchez, A y León, H (2012) denominado con el tema Psicología de la actividad física y del deporte donde se evidenció una problemática en los deportistas con trastornos de alimentación y bajo de peso, lesiones donde parte de una actividad física inadecuada donde los entrenamientos están siendo desarrollados sin test que demuestren el bienestar del deportistas, caso contrario en la investigación en la que se estudió se demostró muy poca preocupación en realizar entrenamientos físicos técnicos y deportivos a la mano de la psicología previniendo el bienestar de la deportista.

En Quito–Ecuador, Carchipulla Sofía (2015) evidenció a través de una encuesta que las deportistas se encuentran motivadas y listas para su desarrollo y preparación para ser incorporadas en el equipo de fútbol femenino de Liga Deportiva Universitaria Amateur de la Universidad Central del Ecuador, al igual que en nuestra investigación las jugadoras nuevas demuestran confianza motivación y responsabilidad en sus entrenamientos y las recién entrantes se encuentra un poco nerviosas e inseguras.

5. Conclusiones

La ejecución técnica en el fútbol es importante e indispensable para que se desarrolle un juego de forma óptima y segura en las jugadoras y a la vez se potencializa las habilidades que cada jugador posee, incluso lo principal de este tipo de ejecución es ayudar a que los deportistas no sufran de lesiones y se encuentre bien en su salud corporal y mental, a la vez sepan controlar y dominar el balón de forma correcta.

Según los resultados obtenidos, el equipo femenino de Fútbol de la Universidad Nacional de Educación, indicaron a través de la encuesta aplicada que el entrenamiento grupal les causa motivación para seguir entrenando debido que socializan con las integrantes del equipo y comparten experiencias y conocimientos; a la vez las futbolistas mencionan que el entrenamiento les ha dado

óptimos resultados en los encuentros de fútbol y su desempeño ha sido el mejor en el campo de juego.

Además, en la ficha de observación, se constató que en los entrenamientos que ellas practican a cierta velocidad el dominio y el control del balón es adecuado para poder desempeñar un encuentro del fútbol, pero a la vez hay ciertas técnicas que deben considerar fundamental demostrando que se puede perfeccionar dichas habilidades para que se puedan desempeñar mejor en el campo de juego.

Referencias

- Baggiotto, O., Galatt, L., Schmitz, A., Bobato, A., Longarela, B., & Scaglia, J. (2016). Planificación táctica en el fútbol: aspectos generales y específicos. *Revista de Ciencias del Deporte*, 45-52.
- Benavides Roca, L., Santos Vásquez, P., Diaz Coria, G., & Benavides Roca, M. (2018). La toma de decisión en el fútbol: una perspectiva desde la integración en el entrenamiento específico del deporte. *Ciencias De La Actividad Física UCM*, 19(1), 1-10. <https://doi.org/10.29035/rcaf.19.1.6>
- Borzi, C. (2012). La importancia de la técnica en el fútbol. *Futbol Formativo*. <http://www.futbolformativo.com.ar/2012/08/la-tecnica-en-el-futbol.html>
- Carchipulla, S. (2015). *La formación deportiva de las futbolistas y su integración en el equipo de fútbol femenino de Liga Deportiva Universitaria amateur de la Universidad Central del Ecuador año 2014*. [Tesis de pregrado, Universidad Central de Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/4492>
- Chávez, D. A. (2016). *Fútbol Femenino: Antecedentes, Actualidad y Cobertura*. [Tesis de pregrado, Universidad San Francisco de Quito]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/5213>
- Cortezaga, L. (2001). Preparación física. *Efdeportes*, 34-45.
- Espín, V. E., & Ponce, L. C. (2019). *Ejecución del chute de balón y su relación con los desbalances musculares del tren inferior, en mujeres futbolistas amateur de la ciudad de Ambato*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato] <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/30271>
- Fernández, E., Sánchez, F., y Fernández, C. (2002). Estudios de las habilidades de resolución de problemas en el fútbol sala desde una perspectiva de género. *Estudios sobre ciencia del deporte*, 35
- Gómez, M., Ortega, E., & Sainz, P. (2008). Diferencias en la ejecución técnicas en el fútbol: análisis por género y nivel de experiencia en educación física. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 63-65.
- Gómez, M., Ortega, E., & Sainz, P. (2008). Diferencias en la ejecución técnicas en el fútbol: análisis por género y nivel de experiencia en educación física. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 63-65.
- Guartán, F. (2022). Entrenamiento psicológico-Cohesión grupal. *Fútbol Ofensivo* <http://www.futbolofensivo.com/2022/01/entrenamiento-psicologico-cohesion-grupal/>

- Hughes, M. (2012). Moneyball y fútbol: un análisis de los indicadores clave de rendimiento de un jugador de élite por posición. *Journal Of Human Sport & Exercise*, 402-412.
- Iván-Baragaño, I. (2021). *Análisis de la fase ofensiva en fútbol femenino: hacia una comprensión del proceso ofensivo desde el paradigma mixed methods*. [Tesis doctoral, Universidad de Coruña] <http://hdl.handle.net/2183/30786>
- Medina, F. (2009). El fútbol y la vivencia festiva de la nacionalidad. *Razón y Palabra*, 2-20.
- Peña, J. M. Aguilar, E. K. Valle, J. G. & López, S. M. (2020). *Preparación física*. CIDEPRO
- Pino, J., Gómez, E., & Moreno, S. (2015). Inteligencias múltiples y rendimiento en fútbol. *Apunts Educación Física y Deportes*, 121, 44-55. <https://www.redalyc.org/pdf/5516/551656900006.pdf>
- Rivas, M., & Sánchez, E. (2013). Entrenamiento actual de la condición física del futbolista. *MHSa-lud*, 1-131.
- Sánchez, A., & León, H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 189-205.
- Verdú, N., Alzamora, E., Martínez, J., & Pérez, J. (2015). Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 94-97. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345741428018.pdf>
- Villamil, F. (2016). Categorías del fútbol base según edades de los jugadores. *Sports management*.

AUTORES

Francisco Javier Larriva González. Licenciado en Ciencias de la Educación mención Cultura Física.

Santiago Alejandro Jarrin Navas. Magister en Cultura Física y Entrenamiento. Licenciado en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo. Docente de la Universidad Católica de Cuenca de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

Natalia María Rodríguez Zárate. Ingeniera Biomédica, Universidad Manuela Beltrán. Maestría Ciencias y Tecnologías aplicadas al deporte y la actividad física Universidad Manuela Beltrán.

DECLARACIÓN

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimientos

N/A

Nota

El artículo no ha sido enviado a otra revista ni publicado previamente.