

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
“NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RÍO
SUM MANTUA

TÍTULO: Propuesta de sistema de ejercicios para mejorar las habilidades defensivas en el entrenamiento deportivo de futbol en los atletas de la categoría 13-14 años de la Escuela Comunitaria Deportiva #3 del municipio Mantua.

AUTORES: Lic. Nivaldo Castro Miranda.

Lic. Gregorio Martínez Hernández

SÍNTESIS CURRICULAR

Nivaldo Castro Miranda. (Mantua, 1968) Subdirector deportivo de la Escuela Comunitaria Deportiva #3 Los Arroyos. Ganador de Fórum de Ciencia y Técnica a nivel municipal (años 2001, 2002, 2003). Segundo Lugar en el I Intercambio Nacional Científico Metodológico de Facultades de Rehabilitación Proyecto “Haciendo Futuro”.

RESUMEN

Hemos podido observar que los equipos de fútbol de la Escuela Comunitaria Deportiva # 3 del municipio Mantua no han alcanzado resultados satisfactorios en las últimas competencias zonales en las que participaron ocupando las posiciones más rezagadas.

Después de un análisis del programa de enseñanza, para esta categoría que reflejó la aplicación de ejercicios con un carácter analítico y de valorar los resultados alcanzados en el trabajo por este combinado, consideramos oportuno proponer una variante de ejercicios con carácter más dinámicos y a nuestra consideración se ajusten más a la estructura y lógica interna del fútbol.

Teniendo en cuenta las tendencias actuales en la enseñanza y el entrenamiento en los deportes colectivos y en especial en el fútbol, reflejadas en las diferentes

bibliografías consultadas nos dimos a la tarea de proponer un grupo de ejercicios que consideramos, pueden desarrollar una mayor capacidad de juego en los atletas así como hacer más emotivos e interesantes la labor de enseñanza.

Problema

¿Cómo mejorar las habilidades defensivas en el entrenamiento deportivo de fútbol en los atletas de la categoría 13-14 años de la Escuela Comunitaria Deportiva #3 del municipio Mantua?

Población y muestra.

Población: Los atletas del equipo

Muestra: 14 atletas que representa el 60% de la población

Resultados

Después de analizada la fundamentación técnica de nuestra investigación y de su aplicación practica en todo el municipio, los resultados en esta categoría incrementaron en un por ciento significativo. Por solo contar alguno en el presente curso los atletas obtuvieron evaluación de bien en las pruebas técnicas con una puntuación de 18 puntos, enfatizando en el trabajo defensivo. Se obtuvo además 4to lugar a nivel provincial en esta categoría. Logrando como objetivo fundamental generalizar esta propuesta.